Sf. Paisie Velicikovski
CRINII ŢARINII
Pagini filocalice
Culegerea, machetarea şi corectura: Costică Bălan
Coperta: Ovidiu Rus
© Oastea Domnului pentru prezenta ediţie - 2009
ISBN 978-973-710-148-8

Sf. Paisie Velicikovski
Pagini filocalice
Ediţie îngrijită de Ignatie Monahul
Apare cu binecuvântarea **Înaltpreasfinţitului Laurenţiu,** a*rhiepiscop al Sibiului şi Mitropolit al Ardealului*
Editura «Oastea Domnului» Sibiu, 2009

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
PAISIE VELICIKOVSKI, Sf. - Crinii ţarinii: pagini filocalice
Sf. Paisie Velicikovski;
Îngrijitor ed.: Ignatie monahul.
Sibiu: Oastea Domnului, 2009
ISBN 978-973-710-148-81. Ignatie, monah (ed.) 28

Notă

Conform unor surse credibile, lucrarea **Crinii Ţarinii** este atribuită părintelui isihasmului românesc - Paisie Velicikovski - şi datată la 1769, pe când acesta se afla la mănăstirea Dragomirna. Este unul dintre manuscrisele paisiene cu cea mai largă răspândire şi circulaţie, îndeosebi în mediul monahal, din cuprinsul teritoriilor româneşti, în slovă chirilică.

În „Catalogul manuscriselor din Biblioteca Academiei Române", Gabriel Ştrempel semnalează existenţa mai multor exemplare din **Crinii Ţarinii;** e menţionată, de asemenea, în „Catalogarea manuscriselor româneşti din biblioteca mănăstirii Secu", întocmită de episcopul Gherasim Cucoşel, precum şi în „Catalogul manuscriselor Bibliotecii Neamţ", alcătuit de părintele prof. Ioan Ivan, şi în cel al manuscriselor Bibliotecii Patriarhiei Române, realizat de regretatul pr. prof. Dumitru Fecioru.

Recent, acest nepreţuit manuscris a fost descoperit în rafturile noii mănăstiri „Sf. Daniil Sihastrul", de lângă Putna, în versiune românească (dactilografiată). Îl oferim acum pentru a doua oară spre tipărire şi publicare, înlesnind cititorilor de astăzi accesul la o operă de mare valoare filocalică. Stareţul Paisie de la Neamţ a fost ca un minunat pom purtător de roade ale Duhului, răsărit în pământul slav, răsădit pe plaiurile Munteniei, înflorit în grădina Maicii Domnului (Athos), îngrijit de mâna lui Dumnezeu, vreme de 31 de ani, pe pământul Moldovei, scuturându-şi roadele lui pe întreg pământul românesc şi mai departe.

Sfântul Paisie de la Neamţ (Velicikovski)
(1722-1794)

Scurtă notă biografică

Paisie (Petru) Velicicovski s-a născut la 21 decembrie 1722, la Poltava (Ucraina), fiind cel de-al unsprezecelea copil dintre cei doisprezece ai protoiereului bisericii „Adormirea Maicii Domnului", Ioan Velicikovski, primind numele de Petru. Strămoşii tatălui său fuseseră preoţi ai aceluiaşi sfânt locaş. Strămoşii dinspre mamă fuseseră de religie mozaică, dar bunicii se botezaseră. Fiind descendent al unei familii preoţeşti, a fost, de la început, îndrumat spre a dobândi o educaţie religioasă. De la patru ani a rămas orfan de tată, şi de creşterea sa s-au ocupat fratele său mai mare şi mama sa. Să remarcăm că mama sa avea să se călugărească la bătrâneţe. Din cea mai fragedă vârstă a dovedit înclinaţie spre rugăciune şi spre citirea cărţilor duhovniceşti.

Între 1735 şi 1739, urmează primul ciclu al Academiei duhovniceşti din Kiev, marcată puternic de spiritul scolasticii, dar nu reuşeşte să-şi astâmpere setea duhovnicească prin aceste studii. În aceiaşi ani, îi cercetează adesea pe monahii din mănăstirile din preajma Kievului, citind cu osârdie Sfânta Scriptură şi scrierile Sfinţilor Părinţi; în chip firesc se înrădăcinează tot mai adânc în sufletul său dorinţa de a îmbrăţişa viaţa monahală. În 1739, asistă pentru întâia oară la Sfânta Liturghie săvârşită în limba română, şi acest moment l-a impresionat profund. În 1740, întrerupe studiile.

Deşi acum, în 1741, descoperă „Scara" Sfântului Ioan Scărarul şi primeşte rasa călugărească, viaţa din primele două mănăstiri în care a încercat să intre nu l-a mulţumit. De aceea, după o şedere în Lavra Pecerskaia, în 1743, şi după mai multe încercări de a se stabili la una dintre mănăstirile din ţara natală, proaspătul călugăr, care primise numele de Platon, porneşte spre Ţara Românească şi se aşază pentru 4 ani în schitul Sfântul Nicolae din Trăisteni, apoi se mută la Cârnu, tot în zona Buzăului, unde l-a atras viaţa de singurătate asemănătoare celei de la Muntele Athos. Aceste mănăstiri se aflau sub oblăduirea duhovnicească a Cuviosului Vasile de la Poiana Mărului. Aici a deprins a vieţui potrivit atât regulilor athonite, cât şi tainelor vieţii isihaste, dar a învăţat foarte bine şi limba română. I s-a propus în mai multe rânduri să accepte a fi hirotonit, dar el, simţind că nu este încă pregătit pentru primirea acestei dumnezeieşti Taine, s-a simţit nevoit să se retragă, cu zestrea duhovnicească dobândită aici, în 1746, la Muntele Athos, însoţit de ieromonahul Trifon. Se stabileşte la mănăstirea Pantocratorului, în sihăstria Kiparis.

Deşi a căutat cu stăruinţă, şi aici, un bătrân îmbunătăţit care să-l povăţuiască pe calea desăvârşirii după învăţăturile Sfinţilor Părinţi, nu a reuşit să afle pe nimeni. De aceea, timp de patru ani, a vieţuit de unul singur în cea mai aspră nevoinţă. În 1750, stareţul său Vasile, care-l cunoştea încă de la Poiana Mărului, venind în vizită în Sfântul Munte, îl tunde în monahism, dându-i numele de Paisie. Totodată, îl sfătuieşte să-şi ia câţiva fraţi pe lângă el, spre a trăi într-o mică obşte. La trei luni după acest moment, a îngăduit unui tânăr călugăr român, Visarion, să se nevoiască împreună cu el. În lipsa unui Părinte înduhovnicit, Paisie i-a propus noului venit să se lase îndrumaţi de Sfânta Scriptură şi de scrierile sfinţilor celor din vechime. Acesta a fost începutul lucrării de îndrumător duhovnicesc al Sfântului Paisie.

În 1758, cedând rugăminţilor celor din preajma sa, Sfântul Paisie este hirotonit de episcopul Grigorie Roşea. După aceasta, împreună cu 8 fraţi, toţi români, celebra deja slujbele bisericeşti în limba română.

În decursul următorilor ani, tot mai mulţi fraţi şi părinţi i s-au alăturat. Din această cauză, Sfântul Paisie, împreună cu obştea sa de 64 de ucenici, a hotărât, în 1763, să se mute, cu aprobarea Domnitorului Moldovei şi cu binecuvântarea Mitropolitului Moldovei, în Mănăstirea «Pogorârea Sfântului Duh», de la Dragomirna. Aici a primit schima cea mare, păstrându-şi însă numele de Paisie. Apoi, din cauza ocupării Bucovinei de către Imperiul Austriac şi a politicii de catolicizare forţată, obştea paisiană s-a mutat, în 1775, la Mănăstirea Secu, din regiunea Neamţului. Aceasta dovedindu-se neîncăpătoare pentru comunitate, stareţul Paisie, în urma cererii adresate domnitorului Constantin Moruzi, a obţinut aprobarea să se mute, în 1779, cu călugării care-l însoţeau, în Mănăstirea Neamţ, rămânând însă în continuare şi îndrumătorul Secului.

În 1790, a fost ridicat la rangul de arhimandrit. În 1793, a fost tipărită, la Moscova, versiunea slavonă a Filocaliei greceşti, «Dobrotoliubia», versiune la care s-au ostenit vreme îndelungată Sfântul Paisie şi ucenicii săi.

S-a mutat la Domnul în 15 noiembrie 1794, fiind îngropat în biserica Mănăstirii Neamţ, unde îi aflăm şi astăzi mormântul.

Cuvânt înainte

Cu darul şi cu ajutorul lui Dumnezeu am scris această carte mică, ce se cheamă *Crinii Ţarinii,* sau *Flori preafrumoase,* în care am adunat minunate învăţături din dumnezeiasca Scriptură spre aducere-aminte, ca să le am în faţă în fiecare zi şi să-mi ocărăsc negrija, neputinţa şi neînţelegerea, aducându-mi aminte de poruncile Sfintei Evanghelii, de învăţăturile Apostolilor, de ostenelile Sfinţilor Părinţi şi de pătimirile marilor mucenici, precum şi de răbdarea fericiţilor Părinţi, care s-au făcut nebuni pentru Hristos, şi de toţi ceilalţi sfinţi...

Pentru aceasta am scris aceste scurte ziceri şi învăţături, pentru că sunt următor Sfintelor Scripturi şi petrecerii Părinţilor. Iar tu, iubite cititorule, când vei privi la aceste preafrumoase flori, vei vedea grădina răsădită cu crini bine-împodobiţi şi cu flori de toate culorile şi binemirositoare, cu bună-cuviinţa învăţăturilor şi a minunilor şi cu multe alte feluri de flori, din care sufletul cel bine-credincios, ca o mireasă a lui Hristos, poate să-şi împletească cununi de bunătăţi şi viaţă cu fapte bune, pentru care va fi iubit de Mirele său, Hristos. Iar pentru iubirea acestora, Îl va îndrepta pe Hristos spre toate bunătăţile celor ce vieţuiesc întru cele bune. Iar de vom fi greşit cu ceva, cere pentru noi iertăciune şi îndreptare, iubite, şi citeşte întru mărirea şi cinstea lui Dumnezeu şi pentru mântuirea şi mângâierea ta aceste osteneli ale noastre şi să fii în pace sufletească, să te mântuieşti şi să trăieşti mulţi ani. Amin.

Omule, ia aminte la tine însuţi cu înţelegere: Dumnezeul cel atotputernic a semănat sălaşul cel a toată lumea - ţarinile inimii noastre - cu grâul cel curat al învăţăturii Sale mântuitoare şi întotdeauna le-a lăsat pe ele în mâinile voii noastre, ca să ne silim să le lucrăm neîncetat. Că, dormind noi întru trândăvia lenevirii, vine vrăjmaşul sufletelor şi seamănă mulţime de neghină. Şi seamănă în cei credincioşi eresuri, în cei drepţi păcate, în cei blânzi prigoniri, în cei smeriţi trufie, în cei înfrânaţi beţie, în cei săraci furtişaguri, în cei nevoitori slavă deşartă, în cei luptători trândăvie. Şi a semănat în toate ţarinile: în cea a inimii, mânie; pe buze, minciuni şi grăiri de rău; în ochi, pizmă; în mâini, răpiri şi luare de mită; în pântece, nesaţ; în coapse, poftă; pe limbă, vorbă deşartă, osândire şi alte asemenea acestora; în urechi, auzire de cele spurcate; în gâtlej, iubire de bunătăţi cu îndulcire. În toate lucrurile a semănat neghină: în naşterea fecioriei, curvie; în vremea morţii, deznădăjduire; în vieţuire, urâciune; în cumpărare şi vânzare, înşelăciune; în stăpânire, trufie; în supunere, neascultare; în judecăţi, nedreptate. În toate a semănat neghină. La arătare, facere de răutăţi. Mâhnire a semănat în veselia cea multă; întru întristarea cea pentru păcate, deznădăjduire. Pe

acestea toate le-a semănat vrăjmaşul, pentru ca prin mulţimea neghinelor să facă grâul netrebnic, să arate pământul nostru făcător de roade rele, să-l facă bun pentru călcarea fiarelor şi a lighioanelor iadului şi pentru ca, atunci când se va smulge neghina, să se rupă şi grâul şi să se arunce în foc.

Domnul Dumnezeu să ne izbăvească pe noi de înşelăciunea diavolului şi de patimi, cu darul Său, în veci. Amin.

PARTEA ÎNTÂI

Despre răbdare şi despre patimile lui Hristos şi ale altor Sfinţi Părinţi, care au călătorit pe calea cea strâmtă şi cu nevoinţe la Împărăţia Cerului, şi despre sfânta pocăinţă

Nu amâna, suflete al meu iubite, sfânta pocăinţă, facerea de bine şi zdrobirea inimii pentru păcate, aşteptând din an în an, din lună în lună şi din zi în zi, ca să nu suspini cândva din inimă şi să nu afli pe cel ce se va nevoi dimpreună cu tine!

O, cât te vei chinui începând a te pocăi fără folos! Că astăzi poţi face tot binele; nu amâna, suflete al meu, pentru mâine sfânta pocăinţă, că nu ştii ce se va întâmpla până în ziua de mâine. Nu cumva să te ajungă întru această noapte vreo răutate sau vreo pierzare; că nu ştii ce-ţi va aduce ziua sau noaptea: viaţă lungă sau moarte grabnică, fără de veste şi cumplită. Acum este, suflete al meu iubite, acum este vremea de pocăinţă; acum este vremea răbdării, suflete al meu; acum este vremea a face faptele cele bune şi a păzi poruncile; acum este vremea plângerii şi a suspinării, a lacrimilor cu dulceaţă. De voieşti cu adevărat, suflete al meu, a te mântui, iubeşte, dar, nevoinţele precum ai iubi odihna; vieţuieşte în fiecare zi ca şi cum ai muri, că degrabă trece viaţa noastră, ca umbra norului înaintea soarelui, şi fără de veste vor trece zilele noastre, ca fumul care se ridică în văzduh. Să nu te supui nici la cazna cea de trebuinţă, iar înaintea oamenilor să nu te întristezi, nici de duşmănia cea din cuvintele lor, ci fugi şi te socoteşte ca ţărâna şi te pleacă înaintea picioarelor lor, că fără de aceasta nu te poţi mântui şi nici izbăvi de muncile de veci. Degrabă se sfârşeşte viaţa noastră, ca şi cum ar trece o zi. Că de nu-şi va smeri omul inima creştineşte, prin faptele cele bune, şi de nu se va lipsi de viaţa aceasta ascultând de poruncile Domnului şi urmând faptele cele bune ale Părinţilor, răbdând toate chinurile şi nevoile, nu poate să se mântuiască. Cel ce se va nevoi acum şi va urî îndulcirea acestei vieţi trecătoare şi veacul acesta nestatornic, acela va primi şi îndulcirea Raiului în vecii veacului fără de sfârşit, iar cel ce nu va face unele ca acestea nu este cu putinţă să se mântuiască vreodată. Căci nimeni nu s-a suit la ceruri prea lesne şi cu lenevire.

Nu te lenevi, suflete al meu iubite, în această vreme scurtă şi puţină, ca să nu-ţi pară rău după aceasta în vecii cei fără de sfârşit. Că de-ar fi fost cu putinţă să ştie călugărul sau creştinul cel bine-credincios, care Îl iubeşte pe Dumnezeu, bucuria nespusă şi fără de sfârşit care îl aşteaptă întru Împărăţia Cerurilor, apoi, de-ar fi fost cu putinţă să se muncească în toată vremea acestei vieţi, chiar de i-ar fi chilia plină de viermi şi ar sta într-înşii până la gât,

sau în foc de-ar arde neîncetat, sau cu alte feluri de chinuri înfricoşate, de cazne şi de munci grele ar suferi, ar fi răbdat totdeauna. Şi ar fi răbdat cu bărbăţie şi nu ar fi slăbit. Iar noi, suflete al meu iubite, voim să ne mântuim întru lenevire şi dormitând.

Nu, suflete al meu, nu se poate aşa ceva! Ci vezi, iubite suflete al meu, şi ia aminte cu înţelegere cum se cade a te mântui. Auzit-ai vreodată pe cei ce citesc dumnezeieştile Scripturi? Sau, mai degrabă, ai citit Vieţile Sfinţilor Părinţi? Toţi preacuvioşii Părinţi în acest chip au trecut veacul acesta de puţină vreme şi au ajuns la Domnul, dobândind Împărăţia Cerurilor; adică, prin foame, prin sete, prin priveghere şi rugăciune, ziua şi noaptea, cu inimă smerită, ca nişte prunci fără de răutate; cu îndurare, ajutorând tuturor în toate lipsurile şi nevoile; cu tot felul de daruri şi cu milostenie pe cât au putut; cu faptele cele bune au ajutat pe fiecare la nevoie, cu dragoste nefăţarnică. Ceea ce ei înşişi n-au voit şi au urât, nici altora n-au făcut, slujind cu ascultarea ca nişte robi cumpăraţi. Şi nu cum ar sluji oamenilor, ci ca lui Dumnezeu; şi, având înţelepciunea cea adevărată, s-au făcut ca nişte oameni care nu ştiu nimic, luând aminte şi cugetând numai la mântuirea lor, nici uitându-se, nici iscodind, nici căutând la tulburarea şi deşertăciunea acestui veac trecător şi nestatornic; neocărând greşeala fratelui, ci luând aminte totdeauna la mântuirea lor şi grijindu-se, ziua şi noaptea, pentru sufletele lor: cum să vieţuiască întru mântuire în veacul acesta şi să dobândească viaţa cea veşnică în vecii vecilor, cei fără de sfârşit. Pentru aceasta, ca nişte nebuni s-au făcut lumii şi lumea au socotit-o nebunie. Iar a aduna ceva din înşelătoarele bogăţii ale lumii acesteia sau din lucrurile cele scumpe, pe acestea Părinţii ca o plasă de păianjen le-au socotit şi deodată le-au lăsat şi şi-au agonisit vistieria cea făgăduită lor de Dumnezeu în ceruri, pe care ochiul nu a văzut-o, urechea nu a auzit-o şi la inima omului nu s-a suit; pe care a gătit-o Dumnezeu celor ce-L iubesc pe El şi la care şi îngerii doresc să privească.

Iarăşi îţi zic, suflete al meu, nu este cu putinţă să mergem pe calea cea dreaptă şi să nu întâlnim necazuri, să nu cădem cu trupul în vreo boală sau să nu avem vreo suferinţă, să fim cu trupul mereu sănătos. Dacă dorim însă să vieţuim cu fapte bune, apoi să voim a umbla şi pe calea Părinţilor. Că nu este cu putinţă cuiva a se apropia de Hristos fără suferinţă; iar cine leapădă suferinţa, acela leapădă şi mântuirea. Cine este cu îndrăznire la patimi nu va dobândi cele de folos. De fugim de şerpii cei veninoşi ai iubirii de îndulcire şi de înşelăciunea acesteia, să nu căutăm îndărăt, ca să nu cădem în adâncul prăpastiei şi să fim mâncaţi de şerpii aceştia;

să nu ne lipim de cele lumeşti, adică nici să nu căutăm, nici să nu luăm aminte la gânduri şi tulburări lumeşti, nici să căutăm cât de puţin ceva din ale veacului acestuia. Ca nu cumva pentru aceste lucruri putrede şi pierzătoare şi degrabă trecătoare să cădem de la nădejdea lui Dumnezeu şi de la viaţa cea viitoare. Deci nimeni să nu nădăjduiască cumva că, mergând pe acea cale, va putea intra întru odihnă lenevindu-se, îngrăşându-şi trupul sau purtând povara cea lumească, de vreme ce calea este strâmtă. Numai, iubite, fereşte-te de toată tulburarea şi de iubirea de îndulcire a mirenilor. Leapădă de la tine sarcina lumească şi-ţi subţiază trupul, răbdând tot chinul şi nevoia, că nu trupul şi sângele vor moşteni Împărăţia lui Dumnezeu...

Cel ce fuge de nevoinţe negreşit se depărtează de toate faptele bune. Căci după a Sa rânduială sloboade Dumnezeu spre suflete cercarea prin multe feluri de ispite şi de suferinţe, ca să fie arătat cel ce iubeşte pe Dumnezeu. Că fără porunca lui Dumnezeu niciun fir de păr din capul nostru nu va pieri. De aceea nu voieşte Dumnezeu să fie omul fără cazne nicio zi, fiindcă ştie că fără acestea nu se poate mântui. Că a zis: în toate lucrurile se cade a alerga pe calea cea strâmtă şi cu nevoinţe. La toată fapta bună vine ispită, fie înainte, fie pe urmă. Darul Sfântului Duh nu se dă fără ispitire şi nici nu este după Dumnezeu ceea ce se face fără cercare, prin asuprire, prin necaz sau prin orice fel de nevoie. Că nu este fericit cel ce face fapta bună cu anevoie, ci cel care primeşte răutăţile cele grele şi cumplite pentru Domnul, cu bucurie şi mulţumită.

Că pe cel pe care îl iubeşte Dumnezeu, negreşit, îl şi pedepseşte. De vreme ce foarte folosesc suferinţele celui ce le rabdă fără tulburare, cu bucurie şi cu mulţumită, pentru Domnul Dumnezeu, să răbdăm, dar, cele izvorâtoare de lacrimi, cele cumplite şi grele, pentru Împărăţia Cerurilor şi pentru viaţa veşnică. Că, pe cât slăbeşte trupul, pe atât sufletul se face puternic şi se sfinţeşte. De va răbda cineva cele întristătoare, va dobândi şi pe cele îmbucurătoare, că cel ce este tare întru cele amare, acela va dobândi şi pe cele dulci. Osteneşte-te, dar, până la moarte întru nevoinţe şi nu trăi întru lenevire. De nu va muri trupul de voie, nu va putea învia cu sufletul întru darul lui Dumnezeu; că trupul negreşit va muri şi fără de voie.

Pune-ţi în gândul tău acest aşezământ, că de acum nu mai vieţuieşti în această viaţă şi aşa apropie-te să slujeşti lui Dumnezeu. Să fii ca cel ce mai înainte se grijeşte de moarte şi se deznădăjduieşte de această viaţă, ca să nu te împiedici într-însa, şi nici nu te uita la cei ce-şi hrănesc trupul şi îl cinstesc făcându-i pe plac, în desfătări şi bogăţii, voind să meargă pe cale şi să intre

întru Împărăţia Cerurilor fără nevoinţele pomenite mai sus. Căci pe unii ca aceştia nu-i primeşte, şi nici nu este cu putinţă a-i primi, fiindcă la ei trupul a biruit sufletul. Cel ce vieţuieşte aşa, singur ştie că slujeşte trupului, şi nu lui Dumnezeu.

Oare pentru aceasta îţi hrăneşti şi-ţi cinsteşti trupul, pentru ca cei ce se vor uita la frumuseţea feţei tale să te laude şi să te fericească, zicând: „Acesta este tare, frumos şi cu chip împodobit, are faţa frumoasă şi rumenă”? Ci lauda omenească nu poate să ne izbăvească de muncile cele veşnice, nici să ne dea Raiul cel prealuminat. Dar nici nu pot să ne cufunde în muncile cele veşnice ocările celor ce ne zic: „Acesta este nepriceput şi slab, are faţa urâtă şi uscată şi nu are sânge în obraz şi este mârşav”, şi alte defăimări şi hule de tot felul. Cinstea şi lauda feţei omeneşti celei frumoase ţin numai până la groapă; tot aşa şi necinstea şi ocara feţei urâte. Iar după moarte nimeni nu mai pomeneşte de ele. Ci degrabă toţi prietenii uită frumuseţea sau urâciunea feţei, care ca o picătură ce pică pe pământ se risipeşte şi se face fără pomenire, ca şi cum nici nu ar fi fost vreodată. Că toată podoaba omenească şi frumuseţea feţei trec în acest veac, ca o desfrânată sulemenită, ce sminteşte pe alţii, ca şi floarea ierbii: iarba se usucă, floarea ei cade şi nu va mai fi, şi nu se va mai cunoaşte nici locul său. Şi va fi fără de pomenire în vecii vecilor.

Numai pomenirea Sfinţilor Părinţi, care s-au lepădat în veacul acesta de toate frumuseţile şi dulceţile pământeşti va rămâne. Că aici şi-au silit trupurile lor, iar în veacul viitor vor petrece întru odihnă, căci şi-au subţiat trupurile şi le-au slăbit şi nu aveau sânge în obraz. Aceasta este lauda Părinţilor. De aceea şi după moarte trupurile lor sunt nestricăcioase şi izvorăsc minuni fără de număr; iar în veacul viitor vor avea odihnă fără de sfârşit şi bucurie. Că unii aici îşi ung şi îşi odihnesc trupurile, iar după moarte se umplu de putoare şi pe toate le pierd; iar alţii, dimpotrivă, aici îşi chinuiesc trupurile, iar după moarte izvorăsc bună mireasmă, rămân fără stricăciune şi totdeauna sunt fericiţi.

Stă în voia omului deşertăciunea acestei lumi; două căi sunt: poartă spre răsărit, poartă spre apus, calea vieţii şi calea pierzării. Raiul este deschis şi iadul descuiat şi unde voieşti, omule, acolo te şi îndeletniceşti. Că ceea ce seamănă omul, aceea va şi secera. De vreme ce trupul nostru este pământ, iar sufletul nepieritor şi fără de moarte, se cuvine să slujească cel putred celui nemuritor, ziua şi noaptea. Că de se va strica locaşul trupului nostru celui pământesc, avem locaş zidit de Dumnezeu, nefăcut de mână, veşnic, în ceruri. De aceea, să nu slăbim, şi nici să nu ne întristăm pentru trupul cel putred, că, de slăbeşte trupul, sufletul se înnoieşte în fiecare zi. O, omule, de te vei lenevi, vei muri, iar de te

vei nevoi, vei fi cinstit cu viaţa cea veşnică în veacul viitor. Că toată fapta bună se cade a o câştiga prin silinţă.

De voieşti să biruieşti patimile, opreşte-te de la îndulciri; iar de ai poftă de bucate bune, să ştii că vei aduce patimile în tine. Sufletul nu se smereşte de nu vei lipsi trupul de hrană; nu este cu putinţă a izbăvi sufletul de pierzare, dacă îţi va fi milă de trup, ferindu-l de nevoinţe. De aceea, să ne întoarcem iarăşi la cele dintâi. De voieşti, suflete al meu, să te mântuieşti şi să mergi pe calea pomenită mai înainte, care este strâmtă şi cu nevoinţe, de voieşti să intri în Împărăţia Cerurilor şi să primeşti viaţa veşnică, subţiază-ţi trupul şi gustă din amărăciunea cea iute; rabdă suferinţele cele cumplite, aşa cum şi sfinţii au gustat şi au răbdat. Atunci, trupul tău, fiind subţire, nu va simţi strâmtoarea căii şi se va sălăşlui în tine dulceaţa cea fără de măsură. Că omul nu se face asemenea îngerilor printr-un dar. Adu-ţi aminte de proroci, de apostoli, de mucenici, de arhierei, de cuvioşi şi de cei ce s-au făcut nebuni pentru Hristos. Unde ai aflat, suflete, vreun sfânt care să nu-şi fi supus trupul sufletului sau să nu fi pătimit nevoile cele cumplite şi încercările cele grele? Ba, în fiecare zi, mulţime de nevoi au primit. Să-ţi pun înainte, suflete al meu, luptele şi pătimirile tuturor sfinţilor!

Adu-ţi aminte de proroci, ce fel de chinuri au pătimit. Că au fost izgoniţi şi aruncaţi în groapă, spre mâncare fiarelor, iar ei au răbdat toate chinurile cele cumplite pentru Hristos.

Adu-ţi aminte, iarăşi, de apostoli, cum au pătimit, precum zice Pavel, apostolul: în osteneli de multe ori, în cazne, pe mare, în închisori adesea, de multe ori la moarte; încercări în râuri, încercări de la prieteni, încercări de la rudenii, încercări de la neamuri, încercări de la fraţii cei mincinoşi; în osteneli şi trude, de multe ori, în privegheri, în foame şi sete, de multe ori în posturi, în ger şi goliciune, ca să nu mai vorbim de necazurile cele din afară, ce ne vin în fiecare zi. „Iar de voi vrea să mă laud, mă voi lăuda întru neputinţele mele, căci, când sunt neputincios, atunci sunt puternic. Pentru aceasta, de trei ori am rugat pe Domnul să le depărteze de la mine şi mi-a zis: *Destul îţi este ţie harul Meu, că puterea Mea întru neputinţe se desăvârşeşte”* (II Cor 12, 8-10). Cu dulceaţă, dar, mă voi lăuda întru neputinţele mele, ca să se sălăşluiască întru mine puterea lui Hristos. Vezi, dar, suflete al meu, ce fel de nevoi a răbdat, că în fiecare ceas şi în fiecare zi murea. Aceste nenumărate suferinţe a răbdat, pe care le primea cu miile, până la moarte.

Să ne aducem aminte şi de mucenici, ce cumplite chinuri au răbdat. Au fost aruncaţi în temniţe, de sus surpaţi, au răbdat răni cumplite, în apă aruncaţi, zgâriaţi cu unghii de fier, aruncaţi în

căldări, ca să fiarbă, traşi pe roată, daţi spre mâncare fiarelor sălbatice, cu fierăstrăul tăiaţi, cu scoabe ciopliţi, cu sabie tăiaţi, cu suliţe împunşi! Cu adevărat, mirare mare era: pătimeau ca şi cum ar fi fost în trupuri străine. O, preaslăvită minune: uitaseră de firea lor, şi moartea nu o mai băgau în seamă! O, preaslăvită minune: nici certările omeneşti, nici înfricoşările drăceşti, nici chinurile, nici necazurile, nici nevoile, nici muncile omeneşti, nici moartea n-au putut nicidecum să-i întoarcă de la credinţa în Hristos!

Dar să zic şi despre cuvioşi şi despre arhierei, ce fel de nevoi au pătimit. În tot chipul s-au nevoit şi toată patima cea rea au răbdat. Oare nu aceasta este calea cea strâmtă şi cu suferinţe? Nu-i aceasta amărăciunea cea iute? Nu-i aceasta omorârea cea de toate zilele? Nu sunt aceştia nevoitori pentru Împărăţia Cerurilor? Că unul şi-a călcat trupul ca pe un vrăjmaş, altul s-a pedepsit cu foamea şi cu setea.

Dar să-ţi spun, o, suflete, şi despre cei ce au fost nebuni pentru Hristos, cum s-au ostenit şi s-au nevoit. Că mare nevoie au răbdat şi au pătimit: cu postul, cu setea, arşi de fierbinţeala soarelui, fără îmbrăcăminte pe trupurile lor, că vieţuiau goi şi umblau desculţi, ca nişte păsări ce n-au loc. Arşi de soare, degeraţi de ger, de ploaie şi de zăpadă şi de celelalte greutăţi ale văzduhului. Unii le dădeau brânci şi-i băteau, iar ei răbdau. De atâtea nevoi, trupurile lor se uscaseră foarte, slăbiseră şi erau mai degrabă moarte. Tu însă, suflete al meu, nimic din acestea nu ai pătimit. Au nu ştii, suflete al meu, că nevoitorii cuceresc Împărăţia Cerurilor, precum ai auzit?

Dar ce voi zice despre Însuşi Făcătorul cerului şi al pământului şi a toată făptura cea văzută? Că, vrând să mântuiască neamul omenesc din robia vrăjmaşului şi din temniţa iadului şi din blestemul pentru călcarea de poruncă a strămoşului Adam, Dumnezeu Se face om, Se întrupează de la Duhul Sfânt şi din Fecioara Maria, Se naşte fără de sământă şi Se face văzut Cel Nevăzut, şi cu oamenii vieţuieşte; a primit ocară, necinste, scuipări şi loviri peste preacurata Sa faţă de la omul cel de ţărână; a fost răstignit pe cruce, a gustat oţet şi fiere şi cu suliţa a fost împuns, apoi a fost dat morţii şi în groapă pus şi iarăşi a înviat a treia zi, cu puterea Sa.

O, preaslăvită minune, de mirare îngerilor şi oamenilor! Cel fără de moarte a voit a muri, nerăbdând să vadă zidirea mâinilor Sale ţinută de vrăjmaşul întru adâncurile iadului. O, blândeţea cea desăvârşită şi iubirea de oameni cea nespusă pentru firea noastră! O, înfricoşată vedere a îndelungii Tale răbdări! Că se spăimântează mintea şi cade asupra mea frică mare şi mi se cutremură oasele grăind acestea: că Făcătorul a toată făptura cea

văzută şi cea nevăzută a voit a pătimi de la făptura Sa, de la omul cel putred, El, de Care şi îngerii se înspăimântă şi neîncetat Îl slăvesc puterile cereşti, ca pe Făcătorul lor; şi toate cu frică şi cu cutremur Îl laudă şi Îl slăvesc, iar puterile drăceşti se cutremură cu mare frică. Iar Domnul nostru Iisus Hristos pe toate acestea le rabdă de voia Sa şi pătimeşte pentru mântuirea noastră, ca în acest chip să pătimim şi noi pentru Numele Său cel Sfânt.

Mă mir, suflete al meu, că pentru cele ce ai auzit nu plângi! Nu ştiu ce va să fie cu tine, ticăloase suflete al meu! De ai credinţă, crezi cele ce se spun în Sfânta Scriptură, auzind despre Sfinţii Părinţi că astfel s-au nevoit ca să dobândească bunătăţile cele viitoare şi fără de sfârşit întru Împărăţia Cerurilor, veselia şi odihna de nespus de la Hristos, Domnul nostru. Iar tu voieşti aici să te îndulceşti şi să te veseleşti şi aşa să dobândeşti Împărăţia Cerurilor şi odihna cea nespusă şi fără de sfârşit? Dar nu se poate aceasta, o, ticăloase suflete al meu! Oare în zadar s-au dat unele ca acestea ce sunt foarte scumpe? Nicidecum! Ci mai înainte te osteneşte şi te ocărăşte pe tine însuţi foarte, numindu-te mai ticălos decât toţi oamenii şi decât toată făptura. Plângi pentru toate păcatele tale neîncetat, ziua şi noaptea, precum au făcut Sfinţii Părinţi, şi atunci vei fi cinstit foarte la Dumnezeu, ca şi aceia. Că aşa şi Sfinţii Părinţi se socoteau ca morţi pentru viaţa aceasta şi pentru tot lucrul lumesc şi nu se mai socoteau între cei vii... De aceea s-au şi dat pe sine fără milă la tot chinul şi în fiecare zi erau aşteptând moartea. Iar ceea ce li se părea lor a fi moarte li s-a făcut viaţă şi au biruit pe vrăjmaşul.

Fără de această aşezare a minţii, tot lucrul şi toată osteneala duhovnicească nu sunt tari şi nu poate omul răbda ispita întru necazuri, asuprirea şi nevoia. Şi, de nu vom răbda ispitele, nu vom lua darurile şi cununile de la Domnul. Iar când se va găti omul şi-şi va pune acest aşezământ, ca să rabde pentru Dumnezeu toate necazurile ce vor veni asupra lui, atunci şi necazurile i se fac fără osteneală şi fără durere. Şi toate întristările şi năpastele ce-i vin, ori de la oameni, ori de la draci, aşa i se par, că nici de moarte nu se tem şi nimic nu poate să-i despartă de dragostea lui Hristos pe cei ce cred fără îndoire în Dumnezeu cu tot sufletul. Toţi sfinţii au biruit cu credinţa cea neîndoită şi cu răbdarea. Că, de va slăbi, omul se face mai moale ca apa, iar de se va întări, se face mai tare ca piatra.

Niciodată nu lasă Dumnezeu fără îndoire pe cei ce nădăjduiesc spre Dânsul. Din această sârguinţă se întocmeşte şi se îngrădeşte tot omul şi, cu bună cârmuire, se îndreaptă cu purtarea de grijă a lui Dumnezeu. Dar aceasta nu se arată oricui, ci numai celor ce se nevoiesc neîncetat întru Dumnezeu şi celor ce au

răbdat ispite pentru El. Dumnezeu ajută fiecărui om în necaz: pe unul îl izbăveşte de moarte, altuia îi uşurează muncile trupului, pe altul îl mângâie în năpaste, altuia îi împlineşte trebuinţa trupului, pe altul îl ceartă şi îl smereşte în patimi, pe altul îl face să se deprindă cu nevoile. Nu este om care să nu fie sub purtarea de grijă a lui Dumnezeu. Pentru aceasta ni se cade să avem credinţă, să purtăm grijă şi să îndrăznim la luptă, că suntem fără de moarte, ştiind că nimic nu ni se întâmplă fără rânduiala lui Dumnezeu, precum zice Domnul: „Niciun fir de păr din capul vostru nu va pieri, ci numai întru răbdarea voastră vă veţi dobândi sufletele” (Lc 21, 18-19). Iar dacă Stăpânul ne-a slobozit de toate grijile şi a voit să ne poarte El de grijă în toate nevoile, apoi ce grijă trebuie să mai avem, de vreme ce nu se întâmplă nimic după socoteala noastră? Deci ca pe o cale bătută şi netedă să alergăm fără de nicio împiedicare, că, precum voieşte, aşa ne rânduieşte Dumnezeu. Deci când îşi va întoarce omul sufletul spre Dumnezeu, când va câştiga credinţă neîndoită şi va urma ei şi-şi va pune toată nădejdea şi grija spre Dumnezeu, în toate nevoile şi necazurile şi trebuinţele sale, atunci se va veseli şi se va bucura sufletul lui totdeauna, că umblă în toate căile cele drepte şi doreşte totdeauna a vieţui după Dumnezeu şi poartă de grijă sufletului său, iar ochii lui varsă izvoare de lacrimi. Ba şi la moarte îndrăzneşte a se da.

De nu va câştiga cineva această puternică armă, care taie toată amărăciunea, întristarea, slăbirea sufletului şi îndoiala ca o sabie, care este nepătimirea, adică de nu o va agonisi cineva în tot locul, în toată nevoinţa, slăbeşte cu sufletul, se sfădeşte şi se tulbură. Se face izvorul tulburării şi adâncul patimilor. Că împuţinarea credinţei înfricoşează pe om în tot lucrul.

Iar pricina împuţinării credinţei sunt patimile; cu credinţa, cu întărirea, cu nădejdea şi cu netemerea au biruit sfinţii toată frica cea rea, şi moartea, şi temerea cea mare, care era mai presus de puterea lor, fie de la draci, fie de la oameni sau de la fiare, precum şi puterile cele ce au căzut le-au întâmpinat şi le-au răpus fără de frică; prin acestea au dobândit desăvârşirea şi darul şi s-au mântuit, şi toate câte le cereau de la Dumnezeu le primeau. Una din două: sau li se împlineau cele ce credeau, sau, pătimind, au luat cunună de pătimitori. Fără acestea, lucrul cel bun nu este deplin, pentru că nici buna vieţuire, singuri, nu este de folos, de nu va fi luminată de Dumnezeu cu credinţa, cu nădejdea şi cu întărirea; şi nici credinţa, nădejdea şi întărirea nu ne mântuiesc pe noi fără faptele cele bune. Nici trecerea vremii nu ne mântuieşte, ci numai când începem a crede fără îndoire, a nădăjdui şi a ne întări întru Dumnezeu, a ne osteni şi a ne lepăda de gândurile noastre şi a petrece în acest fel până la ieşirea sufletului din trup.

Că la ce ne foloseşte vremea îndelungată dacă vom vieţui cu puţină credinţă, fără nădejde, fără întărire, cu lenevire, fără silinţă? Ci, de vrem să ne mântuim, să ducem în acest veac trecător o viaţă sfântă, asemenea lui Hristos. Precum a pătimit Hristos pentru mântuirea noastră, aşa au pătimit toţi sfinţii care, uitându-se la Patima Lui, aşa au poruncit să facă şi celor ce vor voi să meargă după El.

De aceea şi nouă ni se cade să mergem pe calea pe care au mers sfinţii. Şi noi să agonisim credinţă neîndoită, nădejde tare, întărire neclintită şi îndelunga răbdare, să ne supunem gândul lui Dumnezeu, să murim faţă de cugetul nostru, să ne întărim cu mintea prin sârguinţă şi aşa să îndurăm toate asupririle şi nevoile, şi chiar moartea, fie de la draci, fie de la oameni. Că aceasta este cinstită, iubită şi mare înaintea lui Dumnezeu, Care, văzând că te-ai încrezut mai mult în El decât în tine, îndată, ca un fulger, îţi trimite ajutor, nepricepând şi necunoscând noi cum s-a făcut aceasta. Iar întristarea ni se preschimbă în bucurie. Atunci se sălăşluieşte întru noi, după credinţa noastră, puterea cea nevăzută pe care o simţim şi pe care, simţind-o, mulţi intră în foc şi nu se tem, umblă pe apă şi nu se îndoiesc, neluând aminte la vederea lucrurilor cele înfricoşătoare pe care le simt.

Ba unii, de bunăvoie, au venit la chinuri pentru credinţă. Cei trei tineri din Babilon, prin credinţă, nu au ars în cuptorul cel de foc; prorocul Daniil a scăpat nevătămat din gurile leilor; prorocul Ilie, cu credinţa, a coborât foc din cer; prorocul Moise, cu credinţa, a trecut noroadele prin Marea Roşie şi prin credinţă au fost hrăniţi fără pâine în pustie patruzeci de ani; apostolii, cu credinţă, au străbătut toată lumea şi au propovăduit, aducând la credinţa lui Hristos neamuri de mare necredinţă şi sălbăticie, ca şi cum ar fi tras nişte fiare sălbatice. Tot aşa şi ceilalţi sfinţi mulţime multă de fapte asemenea acestora au făcut. În acelaşi chip şi cel ce s-a aruncat spre Dumnezeu, care a lăsat lumea şi toate cele ce sunt în lume, a mers după Hristos, a crezut, a nădăjduit şi s-a întărit întru toate spre Dumnezeu, s-a răstignit de voie pentru viaţa veşnică şi pentru Împărăţia cerească, nu trebuie să se teamă de nimic, ci deja a murit cu mintea, prin făgăduinţă şi prin lepădarea de lume. Ostaşul cel fricos însă niciodată nu biruie şi nici nu primeşte cinste, ci se osteneşte în zadar. Că omul care se îndoieşte este asemenea valurilor mării, zice Apostolul, iar credinţa neîndoirii îl face pe om tare în toate cele după Dumnezeu, încât se minunează toţi.

Auzit-ai, suflete al meu, cele zise mai sus, cum au vieţuit Sfinţii Părinţi? Vai de noi, suflete al meu, măcar cât de puţin urmează acestora! Oare nu aveau aceia lacrimi? Vai de noi, suflete

al meu, oare nu erau acei Sfinţi Părinţi şi cu haine proaste, şi slabi cu trupul, şi şubrezi? Vai de noi, suflete al meu, oare nu aveau aceia boli trupeşti, şi răni iuţi, şi tânguire sufletească cu lacrimi? Vai de noi, suflete al meu, oare nu erau îmbrăcaţi cu acelaşi trup neputincios ca şi noi? Vai de noi, suflete al meu, nu aveau şi ei poftă de cele frumoase şi dulci şi uşoare ale lumii acesteia şi de toată odihna trupească? Ba aveau poftă, şi trupurile lor simţeau durerea, dar au schimbat pofta prin răbdare, iar chinul, spre bucuria cea viitoare. Că toate le-au răbdat şi s-au socotit ca morţi. Şi troparele mărturisesc aceasta, când zic: „lucrând, au învăţat să nu se uite la trup, că este trecător”; şi iarăşi: „întru nevoinţele lor, cununile nestricăciunii au luat de la Tine, Dumnezeul nostru”; altul, iarăşi: „ostenelile lor şi moartea le-ai primit mai vârtos decât toată jertfa”; altul, de asemenea: „pătimesc pentru Tine, ca să împărăţesc împreună cu Tine, şi mor cu nădejdea spre Tine, ca să vieţuiesc întru Tine; ci ca pe o jertfă fără de prihană primeşte-mă pe mine, care cu dragoste mă jertfesc Ţie!”.

O, iubite suflete al meu, aceştia au avut neîmpuţinate izvoare de lacrimi, au batjocorit şi călcat în picioare lucrurile trecătoare şi putrede, împreună cu toate cele frumoase, dulci şi înşelătoare ale lumii acesteia. Ca nişte stâlpi tari erau şi ca nişte diamante, în toate încercările de la draci sau de la oameni; morţi de bunăvoie, mucenici în toate zilele cu ostenelile. Pentru Dumnezeu şi pentru credinţă au fost chinuiţi de oamenii care-i urau, cu grele, înfricoşate şi nerăbdate cazne. Pentru aceasta au şi luat cununi nestricăcioase de la Hristos, Dumnezeul nostru. Preacuvioşii Părinţi, din râvna dragostei de Dumnezeu, ei înşişi s-au muncit fără milă în războiul duhovnicesc, răbdând foame şi sete, goniri şi ocări, şi în loc de haine luminoase au purtat haine proaste, cârpite şi pline de păduchi, Iar unii şi goi au vieţuit, şi, în loc de bucate cu îndulciri, s-au îndestulat numai cu pâine; alţii se hrăneau cu rădăcini din pustie, iar singura băutură le era apa, dar şi aceasta cu măsură şi amestecată cu lacrimi. Nu au dat somn ochilor lor, nici le-a tăcut limba din rugăciune, iar picioarele le-au ostenit întru închinăciuni. În loc de somn, şedeau la rugăciune toată noaptea, în loc de veselie şi de toată odihna cea trupească, neîncetată suspinare şi vărsare de lacrimi. O, răbdarea lor cea minunată şi preaslăvită! Au lăsat de bunăvoie veselia, mâncărurile cele bune şi odihna lumii acesteia şi au fost morţi cu trupurile totdeauna, mai înainte de moarte având trupurile uscate şi pline de răni; li se împuţiseră rănile, nemiluindu-şi nicidecum trupurile, şi pătimeau ca şi cum ar fi fost în trupuri străine.

Că sfinţii şi-au subţiat şi şi-au uscat trupurile, cumpărând cu trupul cel stricăcios viaţa cea nestricăcioasă, viaţa cea fără de

sfârşit şi Împărăţia Cerurilor cea veşnică. Cu sufletele au răbdat tot necazul şi amărăciunea, iar cu trupurile, pedeapsa. De aceea au dobândit izvorul cel mai dulce decât toată dulceaţa şi mirosirea şi buna mireasmă a Duhului Sfânt; s-au umplut de lumină şi bucurie; s-au făcut moştenitori raiului şi dănţuiesc împreună cu îngerii. Aşa au pătimit sfinţii şi asemenea plată au luat pentru ostenelile lor; aşa s-au luptat şi pe această cale strâmtă au călătorit toţi sfinţii cei din veac. Că trupul şi sângele nu pot moşteni Împărăţia Cerurilor, nici stricăciunea nestricăciune nu va moşteni. Nicăieri Sfânta Scriptură nu laudă pe cei ce-şi hrănesc trupurile şi se veselesc, dar totdeauna lauda şi fericirea sfinţilor bărbaţi este în veci fără de sfârşit. Însuşi Domnul zice în Sfânta Evanghelie: „Intraţi pe poarta cea strâmtă, că largă este poarta şi lată este calea ce duce la pierzare!” (Mt 7, 13) şi prin multe nevoinţe ni se cade nouă a intra întru Împărăţia Cerurilor. Şi cei care se silesc o cuceresc, precum Sfinţii Părinţi. Şi iarăşi zice: „Întru răbdarea voastră vă veţi dobândi sufletele” (Lc 18, 19); şi iarăşi: „Cel ce va răbda până în sfârşit, acela se va mântui” (Mt 10, 22), întru Hristos Domnul nostru, a Căruia este slava, împreună cu Tatăl şi cu Sfântul Duh, acum şi pururea şi în vecii vecilor. Amin.

PARTEA A DOUA

Aducere-aminte pe scurt de vieţile Sfinţilor Părinţi şi de ostenelile lor, de patimile marilor mucenici, de răbdarea fericiţilor Părinţi care au fost nebuni pentru Hristos şi de ceilalţi sfinţi

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de viaţa şi de nevoinţele Sfinţilor Părinţi şi suspină şi lăcrimează pentru viaţa ta cea cu lenevire şi cu negrijire!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Sfântul Irinarh, care s-a încuiat pe sine în chilie şi a petrecut neieşind dintr-însa doisprezece ani şi mai mult. Şi era legat de un stâlp cu un lanţ de fier mare, ca un dobitoc necuvântător, mânca o dată pe zi hrană foarte uscată, fără niciun fel de grăsime. Iar limba lui nu s-a oprit de la rugăciune ziua şi noaptea şi era ud de lacrimi pământul pe care sta.

Tot aşa şi ucenicul lui, Cornelie, era legat de stâlp ca un dobitoc necuvântător, cu lanţ de fier greu peste tot trupul, încât pătrunsese până la oase de greutate şi curgea sângele, iar picioarele i se topiseră şi făcuseră răni şi curgea puroi, încât era înspăimântător a te uita la el, iar trupul îi era aşa de uscat, că numai oasele şi venele mai rămăseseră.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Sfântul Anastasie, care stătea toată noaptea la cântarea în biserică, fără a se mişca din loc şi niciodată nu şedea jos, încât picioarele lui se uscaseră până la brâu ca nişte lemne, că înţepeniseră de multă stare!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Maxim, de Vasile şi de Isidor şi, mai ales, de Andrei cel de demult; de Procopie şi de Ioan, cei ce au fost nebuni pentru Hristos! Că pământul crăpase de atâta ger, care era atunci, iar ei umblau desculţi şi goi şi flămânzi. Dar Andrei şi Maxim nici gerul şi nici arsura soarelui nu le simţeau. Vasile, fiind întrebat de cineva cum rabdă o suferinţă ca aceea, a răspuns cu smerenie: „Când flămânzeşti şi însetoşezi şi eşti strâns de ger, rabdă, şi, dacă vei fi iarăşi chinuit de acestea, iarăşi rabdă şi va începe a se uşura supărarea durerii; aşa se cade a te deprinde cu răbdarea şi cu celelalte fapte bune”. Iar Isidor zicea către sine: „Rabdă, Isidoare, această nevoie pentru Împărăţia Cerurilor!”.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de mucenicii cei mari, de Gheorghe, de Dimitrie, de Iacob Persul, de Teodor Tiron şi de Teodor Stratilat; de cei patruzeci de mucenici şi de cei cinci mucenici: Eustratie, Auxentie, Evghenie, Mardarie şi Orest; că unul a fost încălţat cu călţuni de fier cu piroane, iar altul a fost sfărâmat pe roată şi cu multe feluri de undiţe de fier. Iacob a

răbdat tare şi mare muncă, fiind tăiat pe la încheieturi şi zdrumicat ca o vită; cei patruzeci de mucenici au fost băgaţi în iezer şi, astfel au luat cununi, iar alţi mucenici cu fiare şi cu unghii de fier fără milă au fost sfărâmaţi şi cu alte multe feluri de munci au fost căzniţi.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Dimitrie de la Prilep, că făcea mângâiere fraţilor, iar el mânca numai pâine, o prescură cu apă, şi a vieţuit destui ani pe calea cea strâmtă şi cu nevoinţe.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Chiril de la Balta Albă, care vieţuia viaţă aspră, nu se culca pe coastele sale, ci în toate nopţile sta în picioare la rugăciune, petrecând fără somn, se hrănea numai cu pâine şi cu apă şi foarte iubea hainele cele proaste.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Mihail de la Kloc, care a dus o viaţă cu răbdare şi foarte grea, ba şi nebun pentru Hristos s-a făcut o vreme; stătea la rugăciune toată noaptea, de seara până dimineaţa, şi mânca o dată în săptămână puţină pâine cu apă, iar trupul lui era ca o umbră de multa postire şi greaua osteneală, că a postit toată viaţa.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Pavel de la Onor, care, venind la pădurea Comei şi aflând un tei scorburos, a intrat într-însul, ca o pasăre, şi a vieţuit acolo trei ani, lăudând pe Dumnezeu; iar postul lui era aşa: cinci zile nu mânca nimic, ci numai sâmbăta şi duminica puţină pâine cu apă, şi apa cu înfrânare. În toate nopţile petrecea fără somn, stând la rugăciune până când toca dimineaţa la biserică, şi toată viaţa a trăit-o în post.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Dionisie de la Kruşiţca, acela care a vieţuit în această viaţă trecătoare cu post, cu rugăciune, cu multă înfrânare şi cu rugăciunea cea de toată noaptea. Hrana lui era numai pâine şi apă, dar şi acestea puţine; mai înainte de mutarea lui de aici, şi-a săpat groapă cu mâinile sale şi toată noaptea stătea lângă groapă, în ger, tremurând şi degerând, şi aşa cugeta la moarte şi la punerea în mormânt, cântând cu lacrimi troparele cele de îngropare cu stihurile lor şi-şi săvârşea toată pravila.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Alexandru de la Sfersca, cel care zicea el însuşi către Andrei de la Valişina: „Am, fiule, şapte ani de când vieţuiesc în această pustie, fără să văd vreun om şi fără să mănânc vreodată pâine, ci numai rădăcini care cresc singure din pământ şi amestecate cu pământ, iar odată numai pământ am mâncat, şi încă şi desculţ am umblat o vreme”. Iar tu, ticăloase suflete al meu, totdeauna cauţi bucatele cele cu îndulcire şi totdeauna te bucuri de odihna trupească. Ia aminte cum au vieţuit preacuvioşii Părinţi în viaţa călugărească şi cum au plăcut lui Dumnezeu; nu cu odihna, nici cu somnul, nici cu lenevirea şi

nici cu bucate bune, ci cu multă osteneală, cu înfrânare, cu şedere de toată noaptea la rugăciune şi cu post.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Eufrosina de la Sujdalsca, cea care avea înfrânare mai presus de măsură, că postea mai întâi de la o seară până la cealaltă, apoi câte o zi, câte două sau câte trei, iar uneori petrecea fără hrană toată săptămâna. Apă bea foarte puţină, iar în vremea gândurilor celor spurcate, zicea către trupul său: „Te voi ţine ca pe un dobitoc şi nu-ţi voi da nimic de mâncare; ci la două săptămâni îţi voi da puţină pâine şi te voi omorî cu setea şi cu osteneala, ca să nu mai pofteşti gândurile cele cu îndulcire ale celor slăbănogiţi spre ele”. Şi atât de mult îşi slăbise trupul cu flămânzirea cea mare şi cu setea, încât abia i se mai ţineau oasele. Şi priveghea preacuvioasa neîncetat în rugăciuni şi toate nopţile le petrecea fără somn. Aşa s-a ostenit şi a plăcut ea lui Dumnezeu. Iar tu, ticăloase suflete al meu, nici măcar până seara nu voieşti să posteşti şi să te osteneşti!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de marele Serghie de la Radonej, cum a vieţuit în această viaţă trecătoare în privegheri, în postiri, în rugăciuni de toată noaptea, că înfrânarea lui era mai presus de puterea omenească; postire fără măsură, sete şi golătate în vreme de iarnă. Crăpase pământul de iuţimea gerului, iar el nu numai că nu avea haină mai groasă, ci purta una proastă, numai petece, plină de zoi şi cârpită. Aşa era îmbrăcat şi se ostenea pentru fraţi fără nicio lenevire: măcina, cernea făină, căra lemne din pădure pe umeri şi le tăia, iar uneori şi la chilii le ducea, ba şi apă de la izvor aducea la chilia fiecărui frate, cocea prescuri pentru biserică, făcea lumânări de ceară, croia haine la fraţi şi le cosea. Cu priveghere şi cu mâncare de sec a vieţuit toată viaţa, iar uneori mânca chiar pâine mucedă şi toată noaptea o petrecea fără somn. Şi cu celelalte fapte bune a vieţuit.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Simeon Stâlpnicul şi de rănile lui cele grele! Că viermi ieşeau din trupul şi din rănile lui; postea toată săptămâna, iar partea lui de hrană o da săracilor; şi, izgonit fiind din mănăstire, s-a băgat într-un puţ fără de apă, plin de toate jigăniile: de aspide, de năpârci, de şerpi şi de scorpii; şi au fugit jigăniile de la dânsul.

Adu-ţi aminte de şederea lui pe stâlp timp de patruzeci de ani, udat de ploaie, ars de fierbinţeala soarelui şi degerat de ger. Mâncarea lui era linte înmuiată, bob şi apă; trupul îi era putred şi viermi cădeau din coapsele lui, iar el îi aduna şi-i punea iarăşi pe trup, zicând: „Mâncaţi cele ce v-a dat Dumnezeu!”. Şi a stat doisprezece ani într-un picior. Iar tu, suflete al meu, nu vrei să te întristezi câtuşi de puţin!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de preacuviosul Arhip cel din

Honeh, care n-a mâncat pâine deloc timp de şaizeci de ani, nici peşte, nici vin, nici trupul nu şi l-a spălat, iar hrana lui erau buruieni sălbatice fierte fără sare, dar şi din acestea mânca numai o dată pe săptămână, iar apă, pentru neputinţa trupului, de trei ori pe săptămână bea, însă cu măsură, trei uncii. Aşternutul lui era din pietre ascuţite, şi zicea: „Să nu-mi dai, Doamne, să mă bucur pe pământ nicio zi în toată viaţa mea!”. Îşi ostenea trupul cu privegheri şi niciodată nu a avut odihnă, şi zicea către sine: „Rabdă, rabdă, suflete al meu, şi adaugă-ţi în tot locul măcar cât de puţină suferinţă, că o să vrei să plângi şi nu o să ai vreme ca să te nevoieşti!”.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Antonie şi de Teodosie cei de la Pecerska, cum se rugau lui Dumnezeu neîncetat şi în toate nopţile petreceau fără somn, iar Teodosie niciodată nu se culca pe coastele sale, ci, şezând, dormea puţin. Iar tu, suflete al meu, nici pravila cea puţină nu te sileşti să o săvârşeşti fără dormitare! Mâncarea lor era numai pâine şi apă. Odată, a poruncit preacuviosul Teodosie să se facă fraţilor mângâiere la masă cu bucate, dar el a mâncat pâine uscată. Se ostenea pentru fraţi împletind camilafce şi potcapuri, aducea lemne cu spinarea şi le tăia; noaptea, ieşea din peşteră şi stătea deasupra, împletind lână şi, scoţându-şi cămaşa de păr de pe trup, sta gol până la brâu şi tot trupul i se acoperea de ţânţari care îl mâncau, iar el şedea neclintit, răbda şi mulţumea lui Dumnezeu, rostind Psaltirea pe de rost; iar lucrul acesta nu-l făcea rar, ci de multe ori, şi sta aşa până ce toca, dimineaţa, la biserică. Petrecând aşa preacuviosul părinte Teodosie şi vrând odată să se odihnească de ostenelile sale cele mari, îndată auzi în peşteră mulţime de draci care mergeau cu căruţe şi cântau din surle şi din tobe, iar preacuviosul, sculându-se îndată, a început a citi psalmul lui David, care zice: „Aceştia în căruţe şi aceştia pe cai, iar noi numele Domnului Dumnezeului nostru vom chema”; şi îndată acea lucrare şi strigare diavolească a pierit de tot.

Avea obicei preacuviosul să petreacă noaptea fără somn, făcând multe mătănii, iar dacă auzea că vine paracliserul să ia binecuvântare pentru cântarea rugăciunii de dimineaţă, îndată înceta mătăniile şi se aşeza la locul de odihnă, făcându-se că doarme greu. Paracliserul, făcând rugăciune o dată, de două ori şi de mai multe ori, preacuviosul, ca şi cum atunci s-ar fi deşteptat din somn, răspundea: „Domnul nostru Iisus Hristos să te blagoslovească”; şi degrabă se silea să fie mai înainte decât fraţii la cântarea obştească; şi, mergând, sta ca un stâlp, nemişcat, nici rezemându-se de ceva, nici mişcând picioarele din acel loc. Acest fel de viaţă avea preacuviosul părintele nostru cel de la Pecerska.

Preacuviosul Antonie, venind din Sfântul Munte şi umblând prin munţi şi prin văi, a ajuns la locul poreclit Ulmet, unde a aflat o peşteră, pe care o săpase mitropolitul Ilarion. Deci, plăcându-i locul acela, s-a rugat la Dumnezeu, zicând: „Aceasta este odihna mea în veacul veacului, aici mă voi sălăşlui”, şi a început să vieţuiască acolo, petrecând în osteneli mari: ziua săpa la peşteră, iar noaptea sta la rugăciune fără de somn. În această peşteră întunecoasă a petrecut preacuviosul ca în nişte case împărăteşti patruzeci de ani. Iar tu, ticăloase suflete al meu, nu vrei să şezi nici măcar o zi în chilia ta în tăcere, nici nu te grijeşti pentru îndreptarea ta, nici nu te găteşti pentru ceasul morţii! Cum vei sta la înfricoşata Judecată a lui Hristos, cum vei căuta atunci la Judecătorul cel înfricoşat, de Care se spăimântează îngerii şi toate oştile cereşti? Ce răspuns vei da Împăratului celui fără de moarte? O, ticăloase suflete al meu, nu te lenevi, întoarce-te, dar, înainte de sfârşit şi suspină, o, cu totul spurcatule, şi plângi mai înainte de ieşirea din viaţă pentru faptele tale cele rele, cu care ai mâniat pe Făcătorul tău şi Dumnezeu în toate zilele şi nopţile, cu cuvântul, cu lucrul, cu gândurile şi cu toate celelalte păcate multe!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, cum au vieţuit mulţi dintre Sfinţii Părinţi şi n-au greşit nimic! Ci toată viaţa cea stricăcioasă şi trecătoare au lăsat-o pe pământ pentru dragostea lui Hristos şi pentru Împărăţia Cerurilor; au urât odihna şi au iubit osteneala şi viaţa cea grea, cu post, cu rugăciune şi cu privegherea cea de toată noaptea şi cu celelalte osteneli şi-au chinuit trupurile şi le-au uscat. Iar sufletele şi le-au albit mai vârtos decât zăpada. Iar acum petrec întru lumina cea pururea fiitoare, strălucesc ca stelele cerului şi laudă neîncetat pe Dumnezeu, împreună cu îngerii. Iar ţie, ticăloase suflete al meu, fiind zămislit întru fărădelegi şi născut în păcate şi totdeauna vieţuind în păcate, ţi se cade să te osteneşti pentru mântuirea ta!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Grigorie, de la aceeaşi mănăstire Pecerska, cel care în toate nopţile nu dormea, ci citea şi se ruga necontenit, până în cântarea de dimineaţă.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Isachie, care se zăvorâse în chilie şi ducea o viaţă foarte grea! Că se îmbrăcase într-o haină de păr, iar pe deasupra îşi pusese o haină de piele crudă de capră şi s-a închis în peşteră. Mâncarea lui era o prescură la trei zile şi apa cu măsură, şi aşa a petrecut şapte ani în peşteră, fără să iasă afară la lumină, şi pe coaste nu se culca, ci, şezând, dormea puţin. Când l-au luat din peşteră în mănăstire, a început a se nevoi la bucătărie; la biserică sta desculţ, până ce îi îngheţau picioarele de gerul pietrei. Iar tu, ticăloase suflete al meu, nici măcar o zi nu poţi şedea în tăcere în chilia ta, ci mereu te tulburi; în mijlocul

fraţilor, grăieşti de rău, osândeşti pe alţii şi nu te îngrijeşti nicidecum de mântuirea ta, ticăloase!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, şi citeşte *Vieţile Sfinţilor Părinţi,* cum au vieţuit în viaţa cea cu strâmtorare şi cu nevoinţe: n-au dat somn ochilor lor, nici genelor lor dormitare, şi nici odihnă picioarelor, ci, în loc de somn, şederea la rugăciune toată noaptea; în loc de tulburări omeneşti, vorbeau în rugăciune cu Dumnezeu; în loc de bucate cu mirodenii, se îndestulau numai cu pâine şi apă; în loc de mărire deşartă, iubeau smerenia. Pe lângă acestea, aveau supunere, ascultare şi celelalte fapte bune.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Damian, preotul de la Pecerska, cel care era aşa de postitor, încât, afară de pâine şi apă, nu a mâncat, până ce s-a dus către Domnul, nimic altceva.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Ioan cel încuiat, de la Pecerska, cel care se zăvorâse într-un loc întunecos, într-una din peşteri, petrecând în mare înfrânare treizeci de ani, că îşi chinuia trupul cu mult post, purta fiare grele peste tot trupul, şi multe a pătimit de la draci, fiind chinuit de patima curviei. „Nu ştiu, zicea el, ce n-am făcut pentru mântuirea mea; două şi trei zile am petrecut nemâncat de-a lungul a trei ani, ba, de multe ori, toată săptămâna n-am mâncat nimic; toate nopţile petreceam fără somn, mă chinuiam cu setea şi n-am aflat nicidecum odihnă; am săpat groapă până la brâu şi m-am îngropat într-însa cu mâinile mele şi am petrecut aşa 40 de zile; şi iată că am văzut un şarpe înfricoşător şi foarte cumplit, care voia să mă înghită cu totul şi care, suflând cu văpaie de foc, mi-a ars părul capului; iar aceasta a făcut-o multe zile, vrând să mă gonească". Vezi, dar, suflete al meu, păcătoase, cum se nevoiau şi se osteneau Sfinţii Părinţi şi nu se odihneau, ci şi-au supus trupul duhului! Iar tu nu vrei nici măcar puţin să posteşti, ba încă şi de ostenelile cele mici slăbeşti.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Sfântul Marcu, de la aceeaşi mănăstire, care a trăit mulţi ani într-o peşteră, pe care a săpat-o cu mâinile lui, iar pământul l-a scos afară pe umerii săi, şi în toate zilele şi nopţile se ostenea la lucrul lui Dumnezeu.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de preacuviosul Teofil, tot de la aceeaşi mănăstire, care dimineaţa zicea întru sine: „Nu ştiu dacă voi ajunge până diseară"; nu, făcându-se seară, plângând, zicea: „Ce voi face? Oare voi ajunge până dimineaţă? Că mulţi, sculându-se dimineaţa, n-au ajuns până seara; sau, culcându-se seara, nu s-au mai sculat de pe paturile lor". Aşa făcea în fiecare zi, flămânzind şi rugându-se, plângând în fiecare ceas şi aşteptând ziua şi ceasul morţii şi despărţirea de trup. Atât îşi subţiase trupul, că puteai să-i numeri oasele toate. De multa plângere şi-a pierdut vederea şi în mare înfrânare şi-a petrecut toate zilele vieţii sale.

Iar tu, ticăloase suflete al meu, trândăveşti şezând, niciodată nu-ţi aduci aminte de ceasul morţii, nici nu plângi pentru păcatele tale!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Prohor, tot de la Pecerska, cel care petrecea în ascultare şi înfrânare fără măsură, încât şi de pâine s-a lipsit, că, adunând lobodă, o făcea pâine şi cu aceasta se hrănea. Însă şi aceasta o făcea o dată la un an şi se îndestula cu aceasta fără de pâine.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de părintele Palamon, că uneori mânca, dar nu bea apă, iar alteori bea apă, dar nu mânca nicidecum!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Ioanichie, pustnicul cel mare, cum vieţuia cu mare asprime, chinuindu-şi trupul cu post, că, de multe ori, în Postul cel Mare, nu mânca nimic până la Paşti!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Grigorie de la Apragrantia, care avea obicei de a nu mânca toată săptămâna, ci numai sâmbăta şi duminica, şi se silea necontenit întru învăţătura sfintelor cărţi. Priveghea totdeauna şi avea desăvârşită înfrânare; avea şi mare smerenie şi lacrimi pururea şi Rugăciunea lui Iisus neîncetat şi în toate zilele punea masă săracilor. Iar tu, ticăloase suflete al meu, nicidecum nu te nevoieşti cu sârguinţă întru aceste fapte bune!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Alexie, omul lui Dumnezeu, câtă bogăţie a avut, şi, lăsând toate, s-a îmbrăcat în haine proaste şi a şezut în tinda bisericii ca un sărac şi cerşetor; postind din duminică în duminică, se împărtăşea cu Sfintele Taine şi mânca două uncii de pâine şi bea două uncii de apă şi până în cealaltă duminică nu mai mânca. În toate nopţile se ruga şi petrecea fără somn. A şezut în casa părinţilor săi, necunoscut de ei, doisprezece ani, răbdând multe dosădiri de la robii săi: că unii îl băteau, alţii îi dădeau brânci, alţii îl batjocoreau, alţii turnau spălăturile blidelor peste el. Iar el pe toate le răbda cu bucurie, pentru Hristos, de la robii săi. Iar tu, suflete al meu, totdeauna cu toţi te gâlceveşti, îţi pare rău şi pentru lucrurile cele mai proaste şi nu rabzi nici cuvântul şi nici ocara cele mai mici!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Marele Teodosie, că postea, priveghea şi se ruga lui Dumnezeu neîncetat, făcând milostenie săracilor!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Pavel pustnicul, care a fost alungat din lavră, că ducea viaţă aspră, hrănindu-se cu ghindă, iar noaptea o petrecea în rugăciune, fără somn, legându-şi două pietre grele pe umeri şi aşa se nevoia toată noaptea. Iar tu, ticăloase suflete al meu, chiar fără greutate nu poţi sta drept, ci totdeauna îţi duci viaţa în somn şi lenevire!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Dorotei puştanul, care în

toate zilele cu înfrânare mânca pâine tihnită şi bea apă; niciodată nu a dormit pe coastele sale, ci, numai lucrând sau mâncând, dormea puţin; de multe ori îi cădea pâinea din gură în vremea mâncării, că toată noaptea împletea coşniţe, iar cu preţul lor îşi cumpăra mâncare.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Ioan pustnicul, cinci ani a făcut rugăciune neîncetat, nicidecum culcat, nici dormind, numai stând în picioare primea puţin somn. De multa şedere la rugăciune, îi crăpaseră picioarele şi-i curgea din ele puroi, dar a fost vindecat de îngerul Domnului. Şi vieţuia umblând prin pustie şi hrănindu-se cu buruieni, iar duminica se împărtăşea cu Trupul şi Sângele Domnului Dumnezeului şi Mântuitorului nostru, Iisus Hristos, şi nimic altceva nu mai mânca. Iar tu, ticăloase suflete al meu, te-ai deprins a te îmbuiba şi a te lenevi!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Ioan, care a petrecut în tăcere în lavra Sfântului Sava, vieţuind într-o peşteră patruzeci de ani, neieşind dintr-însa nici pâine mâncând. Odată, pe când căuta buruieni sălbatice, rătăcind şi căzând jos de slăbiciune, a fost dus de îngerul Domnului în peştera în care vieţuia. Caută şi vezi, suflete al meu, cum slujesc îngerii sfinţilor, care s-au dat cu toată inima întru dragostea lui Dumnezeu! Că, unde slăbea puterea sfinţilor, le ajuta puterea lui Dumnezeu.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de pătimitorul cel mare, Iovdelae, care, fiind bătut de patru inşi cu vergi de fier noduroase peste tot trupul, sfântul a primit tămăduire de la Dumnezeu. Atunci i s-a arătat îngerul lui Dumnezeu, întărindu-l şi zicând: „Îndrăzneşte, că sunt cu tine!”. Apoi, fiind bătut cu vine de bou, blestema credinţa tătâne-său. Atunci, Gamal a poruncit să se taie de pe el două curele de piele, de la picioare, până la cap. I-au înfipt în urechi o ţepuşă de fier, care i-a străbătut capul şi l-au lepădat în temniţă. Şi, rugându-se el, a venit îngerul şi, scoţându-i ţepuşa din urechi, l-a vindecat. Deci domnul acela ce judeca, iuţindu-se cu mânie, a poruncit să-i înfigă în spinare o undiţă de fier, şi, de la al treilea ceas până la al nouălea ceas din zi, i-au rupt tot trupul cu undiţa, şi el era încă viu. Atunci, judecătorul a poruncit să-i jupoaie pielea de pe cap şi să-i acopere faţa cu ea; şi, văzând că este viu, l-au dezbrăcat şi i-au scos unghiile de la mâini şi de la picioare, apoi l-au lepădat în temniţă ca pe un mort. Apoi i-au rupt picioarele în vârteje şi, arzând nişte ciocane de fier, l-au ars pe la subţiori. După cincisprezece zile, l-au scos afară, şi, văzându-l întreg şi sănătos, s-au spăimântat; apoi, fierbând într-o căldare smoală şi catran, au poruncit să-l arunce pe sfânt în căldare. Fiind aruncat în căldare, sfântul, ridicându-şi ochii la cer, s-a rugat, şi, îndată, s-a spart căldarea, iar sfântul a ieşit sănătos şi nevătămat.

Atunci ighemonul, sfătuindu-se cu ceilalţi muncitori, a pus să-l răstignească pe sfânt pe un lemn şi au tras într-însul cu săgeţi multă vreme, înaintea a mulţime de norod. Şi s-a văzut minune preaslăvită: săgeţile nu numai că nu-l vătămau pe sfânt, ci se întorceau şi-i răneau pe cei ce săgetau.

Au poruncit, apoi, să i se lege mâinile şi picioarele şi să-l arunce în grajdul cailor, noaptea, ca să fie călcat în picioare. Dar, făcându-se aceasta, cu darul lui Hristos, sfântul a rămas nevătămat şi lăuda pe Dumnezeu. A doua zi, dacă l-au văzut dezlegat şi sănătos, s-au mirat toţi de asemenea minune şi, înfierbântând ţăruşi de fier, l-au ars peste tot. Atunci, sfântul, rugându-se pentru botez, îndată un nor mic ca o negură a vărsat peste capul lui apă şi untdelemn, şi glas din nor s-a auzit, zicând: „Iată, ai primit botezul, robule al lui Dumnezeu!”. Deci Gamal, ascuţind trestii, le-a înfipt în tot trupul sfântului, care, fiind înţepat vreme de multe ceasuri, rugându-se, şi-a dat sufletul în mâinile lui Dumnezeu.

Iar tu, ticăloase suflete al meu, şi de încercările cele mici te tânguieşti, slăbeşti şi te tulburi, şi nu rabzi cu mulţumită!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de preacuvioasa Teoctista cea de la Lezvia, care se chinuia cu foamea şi cu setea, cu gerul şi cu arşiţa soarelui! Se hrănea numai cu apă şi cu buruieni sălbatice şi a vieţuit în pustie treizeci de ani, fără a o vedea cineva, vorbind numai cu Dumnezeu, prin rugăciunile pe care le făcea ziua şi noaptea.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de preacuvioasa Atanasia, că mâncarea ei era numai pâine de orz, dar şi aceasta după apusul soarelui! Untdelemn sau altceva din mâncărurile cele dulci nu mânca, încă nici vin n-a băut niciodată, iar peşte mânca numai la Naşterea lui Hristos şi la Paşti. N-a petrecut niciun ceas fără lauda lui Dumnezeu şi toată noaptea stătea la rugăciune, iar aşternutul ei erau pietre mărunţele.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de preacuviosul Ştefan, cel de la împărătească cetate, care se ruga neîncetat, mânca o dată sau de două ori pe săptămână verdeţuri fără sare, şi, aşa curăţându-se, s-a învrednicit de cinstirea arhierească. Acesta a intrat într-o groapă ce era între nişte râpi, unde a petrecut douăzeci de ani; i-a căzut părul de pe cap şi din barbă, precum şi dinţii, apoi tot trupul i-a slăbit şi a ieşit din groapă mai mult mort. Când săvârşea dumnezeiasca Liturghie la praznicele împărăteşti, mânca după slujbă numai o poamă şi bea puţină apă. Cincizeci şi cinci de ani a petrecut hrănindu-se astfel, călătorind pe calea cea strâmtă şi aspră a pustniciei.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de pătimirea şi de răbdarea cea mare a marelui mucenic Teodor Stratilat! Că i s-a poruncit

muncitorului să-l întindă în patru părţi, să-l bată cu toiege fără de milă şi să-i dea şase sute de toiege pe spinare, iar pe pântece cinci sute, să-l bată cu bice cu plumb la capete, să-i radă carnea de pe trup şi să-i ardă rănile cu făclii şi să i le frece cu hârburi; apoi a fost lepădat în temniţă, i-au băgat picioarele în butuci şi a stat aşa flămând cinci zile. După aceea, a fost pironit pe cruce de mâini şi de picioare, şi nişte tineri îl săgetau cu săgeţi în obraz şi în ochi, şi i-au scos luminile ochilor, iar sfântul răbda cu tărie toate acestea. Iar tu, ticăloase suflete al meu, oare nu ştii că şi tu ai făgăduit a răbda chinuri, şi eşti chemat la acestea, şi nu rabzi nici măcar puţin?

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Melchisedec, că, întorcându-se el iarăşi în muntele Taborului, s-a dus într-o pădure deasă, unde a petrecut doi ani singur, gol, precum s-a născut din pântecele maică-sii; spinarea i se făcuse ca ţestul de broască, se hrănea cu muguri de stejar, iar în loc de apă bea rouă.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Fantin, făcătorul de minuni, care, umblând prin pustii şi prin munţi douăzeci de zile, a petrecut flămând şi gol patru ani şi s-a dus către Domnul.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, că a întrebat Teodorit pe Nicolae, bucătarul lui Atanasie cel de la Athos, căci erau amândoi ucenici ai Sfântului Atanasie zicând: „Mult mă mir cum preacuvioasa Eupraxia, fiind copilă şi neputincioasă, s-a dat la îndelungă postire şi a stat la rugăciune vreme de 45 de zile?”. Şi i-a răspuns: „Şi eu m-am mirat, frate, de atâta răbdare şi de îndelungata şedere la rugăciune a fericitei Eupraxia, şi multă vreme am fost supărat de gânduri, încât mi-am zis să fac acelaşi lucru ca dânsa. Astfel, am stat o zi întreagă şi o noapte, şi am început a slăbi, dar, rugându-mă mult, cu plecare de genunchi, am cunoscut că toate cele dinăuntrul meu şi genunchii slăbiseră, însă nu m-am supus gândului meu; iar după cinci zile şi cinci nopţi, mi s-au întărit toate cele dinăuntru şi m-am făcut sănătos, până ce s-au împlinit cele 45 de zile ale ostenelii”. Şi nimic nu a mâncat întru aceste zile. Iar tu, suflete al meu, nici pravila cea puţintică nu o poţi săvârşi, neumblând din loc în loc!

Venit-a Pavel cel Prost la Marele Antonie şi a stat trei zile bătând la uşă. Şi i-a zis lui Antonie: „De ce ai venit aici, frate?” Iar el a răspuns: „Ca să mă fac călugăr, pentru aceasta am venit la tine”. Zisu-i-a iarăşi Marele Antonie: „Eu stau singur şi mănânc tot la a cincea zi, iar tu eşti bătrân şi nu poţi răbda; numai de vei face ascultare întru toate, poţi să te mântuieşti aici”; iar Pavel a răspuns: „Toate câte îmi vei porunci voi face”. Atunci i-a zis lui Marele Antonie: „Stai aici şi te roagă până voi veni şi-ţi voi aduce de lucru!”. Şi Pavel a stat neclintit toată săptămâna, ars de

fierbinţeala soarelui şi n-a mâncat nimic în acele şapte zile. Apoi i-a dat de lucru, iar când a terminat, i-a poruncit să despletească, zicând: „Rău ai împletit!”. A aşezat apoi masa şi i-a zis: „Şezi la masă, dar să nu mănânci bucate!”; şi era el flămând; i-a poruncit să slujească fraţilor şi să nu vorbească; şi iarăşi i-a poruncit să vorbească; şi în multe alte chipuri îl ispitea pe el. Şi a petrecut aşa un an, încât şi multe minuni a făcut. Iar tu, ticăloase suflete al meu, nici măcar o zi nu poţi face ascultare fără cârtire şi cu tăcere, sau să rabzi cuvinte de ispitire de la fraţi!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Vasile cel Mare, care nu avea nicio avuţie, ci numai cărţile şi o cămaşă de păr veche şi o haină; se culca pe pământ şi avea priveghere fără lenevire. Bucatele lui erau pâine şi sare, iar băutura, apa, care nu tulbură mintea, şi avea nopţile ca şi zilele, ostenindu-se în priveghere.

Adu-ţi aminte că un bătrân oarecare şi-a săpat sieşi mormânt şi-şi plângea sufletul, cum ar plânge cineva un mort!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Ioan Gură de Aur, a cărui hrană nu era cu îndulciri, ci simplă: orz gătit cu apă, şi acesta cu măsură, iar băutură, apa. Hainele lui erau proaste şi nu avea a treia haină pentru schimb; noaptea o făcea ziuă, alcătuind cărţi şi se nevoia, puţin somn primind. Vezi, dar, suflete al meu, cum au vieţuit aceşti doi mari învăţători a toată lumea? Cum s-au silit în toată nevoia şi lipsa?

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de împăratul Simeon şi de Sava, cei din ţara sârbească! Că unul, fiind bătrân, îi erau picioarele slabe, căci cu postul le slăbise de tot, încât nici pe cal nu putea sta, iar Sava umbla desculţ prin pustie şi făcea închinăciuni mari pentru sine şi pentru părintele său, adică pentru împăratul; din postirea şi din privegherea cea necontenită i se uscase pântecele şi avea dureri la rărunchi şi la cele dinăuntrul lui, înfrânându-şi trupul de la toată îndulcirea. Vezi, dar, suflete al meu, cum se nevoiau şi împăraţii? Că ştiau ei că, de nu va muri trupul pentru suflet, apoi va muri sufletul pentru trup, lucru vrednic de multă plângere şi nemângâiere. Iar noi, suflete al meu, cum ne vom mântui şi cum vom scăpa de patimi, de vreme ce căutăm să dăm bucate trupului, hrănind pe vrăjmaşul nostru?

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de ostenelile preacuviosului Macarie cel Mare, care, oriunde afla vreun lucru, cu osteneală şi-l adăuga sieşi! Sfântul îşi pusese un astfel de aşezământ: şapte ani să nu mănânce nimic din cele ce se frig sau se fierb pe foc, ci numai legume înmuiate. Şi în aceşti şapte ani nu a mâncat nimic altceva. Auzind el că sunt unii călugări care mănâncă numai o dată în zi puţină pâine, a început şi el a le urma lor; ba şi alt fel de osteneală şi-a pus, răbdătorul de chinuri, pentru ca să biruiască

somnul, după cum singur mărturiseşte: „N-am intrat sub acoperământ, zice, opt zile şi opt nopţi, ca să biruiesc somnul, şi eram ars ziua de arşiţa soarelui, iar noaptea îngheţat de ger şi, de n-aş fi intrat în chilie şi de n-aş fi dormit puţin, să mă credeţi, mi s-ar fi uscat creierii din cap şi mi-aş fi ieşit din minţi. Dar nu mi-a ajuns această osteneală pentru ca să biruiesc somnul, ci am pătimit şi alta: am stat gol lângă o baltă şase luni, fiind mâncat de ţânţari, şi ţânţarii erau foarte mari, încât şi prin pielea porcului sălbatic străbăteau; şi erau gărgăuni mari cât vrăbiile şi eram mâncat de dânşii, iar când m-am întors la chilie, după şase luni, numai după glas am fost recunoscut”. Umblând sfântul prin pustie nemâncat trei săptămâni, a slăbit, dar îngerul Domnului l-a dus la chilia sa. Iar tu, ticăloase suflete al meu, nici măcar puţin nu te sileşti să stai împotriva dulceţii somnului şi te tulburi şi de pişcătura unui purice!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Arsenie cel Mare, care-şi pusese toată dragostea spre cele cereşti! Cu trupul umbla pe pământ, dar inima lui era împreună cu puterile cereşti şi zicea: „Nu pot să las pe Dumnezeu, ca să fiu cu oamenii!”. Iar din ochii lui neîncetat curgeau izvoare de lacrimi.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Marele Pahomie, că cincisprezece ani a şezut în mijlocul chiliei, cu multă înfrânare, priveghere şi osteneală, fără să se sprijine cât de puţin de perete cu spatele, precum singur zice: „Tu singur, Doamne, ştii că, de când am luat chipul îngeresc, m-am smerit înaintea Ta şi nu m-am săturat de pâine, nici de apă, nici de altceva din cele pământeşti”. Pe această cale au alergat aceştia şi s-au făcut mari.

Preacuviosul Macarie Râmleanul, ca şi alţi nevoitori, se hrănea cu muguri de stejar, iar părinţii de la Rait mâncau finice şi muguri de stejar.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Ilarion cel Mare, că mânca cincisprezece smochine pe zi, după apusul soarelui; că se bătea tare în piept şi se ruga cu dinadinsul lui Dumnezeu ca să-i izgonească gândurile cele fără de număr ale inimii, şi zicea către trupul său: „Te voi munci ca pe un dobitoc şi te voi omorî, ca să nu mai naşti gânduri dobitoceşti! Nu te voi mai hrăni de acum cu pâine, ci cu buruieni din deşert; te voi omorî cu setea şi cu multe osteneli te voi căzni şi te voi topi cu fierbinţeala soarelui şi cu gerul!”. Deci a început mai vârtos a duce viaţă grea şi a-şi slăbi trupul; mânca tot a treia zi puţine buruieni de pe câmp şi mai puţin de cincisprezece smochine, ca să facă nelucrătoare gândurile cele spurcate, ostenind puterea trupului prin pedepsirea cu post, cu multe osteneli, cu lucrări grele şi cu rugăciuni neîncetate. Şi-a săpat peşteră, ca şi Antonie de la Pecerska, şi atât şi-a subţiat

trupul, încât abia i se ţineau oasele, şi totdeauna biruia gândurile cele spurcate. Iar tu, ticăloase suflete al meu, totdeauna te trândăveşti şi te întristezi că slăbeşti, că ţi se topeşte grăsimea şi-ţi scade trupul!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de dreptul Iov, că dobitoacele lui îi fuseseră răpite, copiii îi fuseseră ucişi de un turn care s-a prăbuşit peste ei şi însuşi trupul lui era rănit şi plin de puroi, iar el în toate acestea mulţumea lui Dumnezeu.

Adu-ţi aminte cum un bătrân oarecare a murit şi a văzut cele viitoare şi nestatornicia acestei vieţi; şi apoi a înviat; deci de atunci n-a mai vorbit cu oamenii, ci şi-a astupat chilia şi a petrecut plângând şi suspinând până la sfârşitul vieţii.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Filimon Sihastrul, că noaptea citea toată Psaltirea şi cântările lui Moise în tăcere şi o Evanghelie, iar ziua îşi făcea pravila după rânduială şi iar citea din Evanghelie şi de la Apostol, şi aşa cânta toată ziua. Se ruga neîncetat, şi, de multe ori, fiind la priveghere, se răpea cu mintea, încât nu ştia de este pe pământ sau nu.

Nu mânca altceva decât pâine şi sare, iar băutură, apa, dar şi aceasta tot a treia zi, şi nicio grijă nu purta de trup. Vezi, dar, suflete al meu, care dintre oamenii ce se tulbură pentru cele deşarte şi umblă cu gânduri la cele lumeşti poate face acest fel de pravilă?

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de preacuviosul Simeon de la Muntele Minunat, că-şi uitase trupul ca un copil şi a vieţuit viaţă îngerească, uitând cele de pe urmă şi îndeletnicindu-se cu cele dinainte, din zi în zi alegându-şi petrecere tot mai grea. Uneori cânta câte 50 de psalmi, alteori câte 90, alteori toată Psaltirea şi toată ziua fără încetare lăuda pe Dumnezeu. Îi putreziseră picioarele şi coapsele şi pulpele i se împuţiseră, iar el zicea către Hristos: „Pentru Tine, Doamne, şi pentru Numele Tău nu îmi este milă de picioarele mele!”. Mereu sporea în ostenelile pustniceşti şi în fiecare duminică era cuminecat de înger. Aleargă, aleargă, ticăloase suflete al meu, în urma acestora, că ai rămas departe de ei!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Marele Antonie, cum în toate zilele plângea şi suspina! Aducându-şi aminte de petrecerea cea din cer şi, avându-şi acolo dragostea, nu se grijea de viaţa omenească cea de toate zilele. Mânca numai o dată pe zi, după apusul soarelui, şi de multe ori după două şi după trei zile. Hrana lui era pâine şi sare, iar băutura, apa; ca aşternut se îndestula cu o rogojină şi de multe ori se culca şi pe pământul gol. Iar tu, ticăloase suflete al meu, nici măcar puţin nu te sileşti să-ţi scoţi mintea din tulburările şi gândurile cele deşarte, sau să te înfrânezi

în fiecare zi şi în fiecare noapte câte puţin, ticăloase!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de cuviosul Visarion, cum s-a dus în loc pustiu şi s-a luptat bărbăteşte, ca şi cum ar fi fost fără trup; că, nebăgând în seamă trupul cel putred, şi-a ridicat mâinile în sus şi cu ochii în lacrimi a stat aşa patruzeci de zile şi patruzeci de nopţi, ca un stâlp.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Sfântul Ioan, Botezătorul Domnului, care vieţuia în pustie fără de apă şi fără de iarbă! Drept aceea, nici pâine nu mânca, nici vin nu bea şi nu avea nimic din cele lumeşti; nu vieţuia sub acoperiş, ci sub o piatră, iar drept pat avea pământul. Pentru trebuinţa firească mânca o dată în zi vlăstari şi miere sălbatică; pahar îi erau pumnii, iar băutură, apa care izvora din piatră; haina îi era din păr de cămilă şi brâu de curea. O, ce lucru minunat! Luminătorul cel mare, luceafărul Soarelui celui mare, şi el mai înainte a socotit că trebuie a se nevoi! A răbdat tăierea capului, căci acest sfânt bărbat a murit fără nicio judecată şi fără mărturie, pentru o muiere desfrânată. O, ce minunate sunt judecăţile lui Dumnezeu! Piere dreptul fără vină şi cu moarte de ocară, ca şi cum nici n-ar şti de dânsul Dumnezeu, Cel care a trimis oarecând pe îngerul Său ca să binevestească zămislirea şi naşterea lui! Unde sunt acum noroadele şi laturile care-l aveau în mare cinste pe Ioan, cel închis acum în temniţă şi dat spre moarte?

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Macarie cel Mare, care s-a dus în mănăstirea tabenisioţilor, îmbrăcat în haine mireneşti, vrând să cerce osteneala fiecăruia. Şi a văzut acolo multe feluri de nevoinţe: unul mânca din seară în seară, altul a doua zi, alţii a treia zi, alţii la cinci zile, alţii stăteau la rugăciune fără somn toată noaptea, iar ziua lucrau cu mâinile. Preacuviosul Macarie, înmuindu-şi smicele de finic, a stat într-un colţ patruzeci de zile, până la Paşti, nemâncând pâine, nici apă bând, nici plecându-şi genunchii, nici altă hrană mâncând decât verdeţuri crude, dar şi acestea numai duminica. Pentru ce, dar, suflete al meu, nu râvneşti spre vieţuirea acestora? Posteşte deci după puterea ta şi te hrăneşte din osteneala ta, ca şi Sfinţii Părinţi!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Maria Egipteanca, cea care a petrecut patruzeci şi şapte de ani în pustia Iordanului ca o fiară, neavând nici hrană, nici îmbrăcăminte, precum ea singură i-a spus lui Zosima: „Când începeam a gusta hrană, îndată îmi venea poftă de carne, de peşte şi de vin, de care mâncasem în Egipt, şi, măcar că nici apă să beau nu aveam, din nimic mă aprindeam. Şi cu anevoie răbdam, că nu mă sculam de la pământ, plângând ziua şi noaptea, şi aşa am petrecut şaisprezece ani, venindu-mi asupră întunerice de nevoi. Iar de atunci şi până astăzi, necontenit îmi

ajută ajutătoarea mea, Preasfânta Născătoare de Dumnezeu...” Şi a întrebat-o Zosima: „Dar nu ţi-a trebuit hrană şi îmbrăcăminte?”. Iar ea a răspuns: „Cele trei pâini sfârşindu-se, şaisprezece ani m-am hrănit cu buruieni şi cu cele ce cresc în pustia aceasta, iar haina pe care o aveam când am trecut Iordanul s-a rupt şi a căzut de pe mine şi multă nevoie am pătimit de arsura soarelui şi de ger, arsă fiind de soare şi de ger degerată. De aceea, de multe ori căzând la pământ, zăceam jos nemişcată, ca şi cum aş fi fost fără suflare”. Iar tu, spurcate suflete al meu, nu rabzi nici foamea, nici setea, nici nu cazi jos de prea mare osteneală! Apoi, cum o să te mântuieşti, ticăloase suflete?

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Andrei, cel nebun pentru Hristos, care, rugându-se, s-a văzut în vedenia somnului într-un palat împărătesc; şi, chemându-l împăratul la sine, l-a întrebat: „Dacă vei voi să-mi slujeşti cu tot sufletul, te voi face şi pe tine slăvit în casa mea”. Şi a răspuns Andrei: „Cine se leapădă, oare, de cele bune? Aş vrea să fiu şi eu în această cinste”. Deci i-a zis iar împăratul: „Dacă voieşti, primeşte mâncarea slujirii mele!”. Şi, o dată cu cuvântul, i-a dat lui ceva ca zăpada; şi a luat, a mâncat şi era aşa de dulce, cum nu-şi poate închipui mintea omenească şi nici nu poate să o asemene cu ceva, deşi fusese foarte puţină. Atunci Sfântul Andrei a început a se ruga să-i mai dea lui din acea mâncare, zicând: „Dacă am mâncat, mi s-a părut că dulceaţa aceasta în mirul lui Dumnezeu s-a schimbat”. Şi iarăşi i-a dat lui împăratul puţin de mâncare şi, luând el şi mâncând, a simţit că era cumplită şi foarte amară, mai mult decât pelinul; şi a început a se tulbura întru sine simţind acea mâncare. Văzându-l împăratul aşa de tulburat, a zis către el: „Vezi că nu poţi răbda acest fel de gustare amară? De aceea ţi-am dat mâncarea, ca să înţelegi slujirea mea cea desăvârşită, că aşa este calea cea strâmtă pentru cel ce vrea să intre pe poarta împărăţiei mele”. Şi a zis Andrei: „Amară este, stăpâne, această mâncare! Cine va putea s-o mănânce şi să-ţi slujească ţie?”. Zis-a împăratul: „Oare aşa de amară ai găsit-o?”. „Nu pot să-ţi slujesc, a zis sfântul, mâncând acest fel de mâncare amară şi rea”. „Dar nu ţi-am dat-o mai întâi pe cea dulce şi după aceea pe cea amară?” Zis-a Andrei: „Aşa este, stăpâne! Dar, oare, aşa de amară este calea cea strâmtă?”. Răspuns-a împăratul: „Nu este aşa, ci calea trece prin mijlocul celei dulci şi celei amare. Întru gustarea cea amară ţi s-au arătat patimile şi durerile pe care le vei răbda pentru mine, iar prin dulceţile cele bune, răcoreala şi odihna şi mângâierea celor care pătimesc pentru mine, din darul meu. Că nu este totdeauna nici amarul, nici dulcele în acelaşi chip, ci uneori într-un fel, alteori într-altul, mergând una după alta. Deci, de voieşti, înştiinţează-mă,

ca să ştiu de-mi vei sluji”. Şi a zis Andrei: „Mai dă-mi să mănânc de cea dintâi, ca să pot să-ţi slujesc”. Iar împăratul i-a dat, însă de cea amară, şi după aceea de cea dulce. Andrei, iute temându-se de gustarea cea amară şi rea, pe cea dulce nu a simţit-o. Iar împăratul, zâmbind puţin, a scos din sân ceva asemenea focului şi cu foarte bună mireasmă şi a zis către dânsul: „Ia şi mănâncă aceasta, şi vei uita toate câte ai văzut şi ai auzit”. Iar el, luând, a mâncat acel lucru, iar de bucuria cea mare şi de multa mireasmă, a uitat de sine; apoi viindu-şi în minte, a căzut la picioarele împăratului şi se ruga, zicând: „Miluieşte-mă, stăpâne, şi nu mă lepăda pe mine, robul tău, că am cunoscut cu adevărat că dulce este calea slujirii tale şi nu-mi voi pleca grumajii mei altcuiva!”. Şi i-a zis împăratul: „Te-ai mirat de aceste gustări? Crede că, între bunătăţile mele, aceasta este cea mai de pe urmă; şi toate ale mele ale tale vor fi; te voi face prieten al meu şi părtaş împărăţiei mele celei sfinte şi moştenitor al ei”. Apoi i-a zis: „Iată, te trimit la lucru!”.

Deci îndată s-a deşteptat şi a început a se nevoi. Umbla gol de tot, nici măcar o zdreanţă de îmbrăcăminte nu avea, nici măcar o rogojină, şi era iarnă aşa de cumplită, ger aşa de iute, că era ameninţat să moară de aşa nevoie, iar el nu avea unde să-şi plece capul. După două săptămâni, a încetat frigul acela, şi era abia viu. În acea vreme a fost răpit în rai şi a văzut frumuseţea raiului şi a auzit cântarea cea dulce a păsărilor raiului; şi, de atunci, a început a petrece toate nopţile fără somn, aducând neîncetate laude lui Dumnezeu. Ziua mergea în mijlocul jocurilor, făcând glume, se prefăcea că este beat, se culca în locul cel mai fierbinte şi răbda arsura soarelui, fără să mănânce sau să bea. Umbla pe uliţe şi era bătut de oameni, de alţii călcat cu picioarele; unii îi dădeau brânci, alţii îi spărgeau capul cu beţe, alţii îl trăgeau de păr şi-l băteau peste faţă, alţii, iarăşi, îl trânteau jos şi-l târau de picioare. Dar tu, ticăloase suflete al meu, nici gol cu trupul nu rabzi, iarna, gerul şi, vara, fierbinţeala soarelui, nici nu rabzi foame şi sete, nici nu eşti sfărâmat în bătăi de oameni, ba nici cuvânt de ocară nu rabzi. Atunci, cum vrei să te mântuieşti şi să dobândeşti viaţa veşnică? Dacă aşa vieţuieşti, să ştii că te înşeli, ticăloase!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Petru cel de la Athos, care a vieţuit într-o peşteră foarte întunecoasă, împresurată peste tot cu rugi şi bălării, şi în care se aciuase mulţime de jivine şi, împreună cu ele, se încuibase şi mulţime de draci, care au ridicat asupra sfântului atâtea ispite, câte nu se pot spune cu limba omenească, iar el Îi mulţumea lui Dumnezeu şi se mărturisea Lui ziua şi noaptea cu fierbinţi rugăciuni. Deci, postind sfântul două săptămâni, au pizmuit dracii răbdarea lui; şi, luându-şi satana

toată oastea, a intrat cu săgeţi şi cu arcuri în peştera în care fericitul săvârşea lupta pătimirii mucenicești; şi unii se făceau că prăvălesc pietre mari asupra sfântului, care, văzând acestea, a zis întru sine: „Acum mi-a sosit negreşit sfârşitul şi mai mult nu mă voi mai socoti printre cei vii”. Şi iată că cel mai mare al lor era în peşteră, iar ceilalţi ai lui cu arcuri şi săgeţi se făceau că ţintesc asupra sfântului; ci cu darul Celui de Sus s-a păzit nevătămat cuviosul şi a ieşit afară. Iar viclenii draci stăteau împrejurul peşterii, pornindu-se împotriva lui cu căutături înfricoşate. Atunci sfântul, strigând cu mare glas: „Doamne, Iisuse Hristoase, Dumnezeul meu, nu mă lăsa pe mine!”, nu s-au mai auzit glasurile o bucată de vreme. Trecând opt zile, iar s-au întrarmat asupra lui, pornindu-i împotrivă toate jivinele târâtoare şi toate fiarele ce se aflau în muntele acela, care au intrat împreună cu ei în peşteră. Unele din ele alergau într-o parte, altele în alta, altele se făceau că vor să-l înghită de viu, altele jucau şi fluierau şi se uitau fiarele la dânsul şi-l înfricoşau. Şi iarăşi pe aceşti neputincioşi şi slabi i-a gonit cu semnul Crucii. În tot Postul Mare îngerul îi aducea hrană cerească; şi, petrecând cuviosul aşa cincizeci şi trei de ani, au pierit şi nălucirile cele dese ale diavolilor şi ale îngerilor lor. În toţi aceşti ani nu a văzut chip de om, iar mâncarea lui nu era altceva decât mană. Nu avea nici îmbrăcăminte, nici chilie, că pământul îi era lui pat iubit; şi era, vara, ars de fierbinţeala soarelui, iar iarna, degerat de ger.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Marcu de la muntele Francesc, cel care ne spune despre sine: „Nouăzeci şi cinci de ani am de când sunt în această peşteră şi n-am văzut nici fiară, nici pasăre, nici pâine omenească nu am mâncat, nici îmbrăcăminte nu am îmbrăcat, ci în toţi aceşti ani am petrecut întru mare strâmtorare, chinuit de foame, de sete, de golătate şi de bântuielile diavoleşti. De foame, zice, am mâncat pământ, iar apă am băut din mare; douăzeci de ani am umblat gol şi mă găseam întru mare strâmtorare. Odată, s-au jurat diavolii între ei să mă înece în mare; şi de o mie de ori m-au târât până la poalele muntelui, ca să mă înece, încât nici pielea nu a mai rămas pe mine, şi ziceau: „Pleacă din pământul nostru, că, de la începutul lumii, nimeni nu a locuit în pământul nostru! Cum numai tu ai îndrăznit fără temere să vii aici?” Am umblat gol şi desculţ, până ce mi s-a uscat carnea de sub piele de ger şi de arşiţa soarelui şi, căzând jos pe pământ, zăceam ca un mort. Treizeci de ani am petrecut în locul acesta, unde am aflat rădăcini şi buruieni, şi de atunci s-a revărsat darul lui Dumnezeu asupra mea şi mi se aduce hrană neîmpuţinată de la Dumnezeu în toate zilele”. De toţi anii, a trăit o sută opt.

Iar tu, ticăloase suflete al meu, nici în singurătate, departe de

oameni, în pustie, nu vrei să şezi, nici nu poţi răbda ispite de la draci, nici golătate nu rabzi, nici nu pătimeşti necazuri până la moarte, nici nu flămânzeşti, nici nu însetoşezi, nici nu rabzi cuvinte de ocară de la oameni. Dar, atunci, cum te vei mântui? Nu ştii, ticăloase suflete, că stai în mijlocul luptelor aceloraşi duhuri viclene şi îţi trebuie multă răbdare?

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de Onufrie cel Mare, care ne spune el însuşi: „La început, atâta osteneală am îndurat, încât nu credeam să mai trăiesc. Iar după ce m-am dat spre foame şi sete, încă şi spre arsura soarelui, ziua, şi spre gerul nopţii, mi s-a schimbat trupul de acea nevoie... Aveam acolo un finic cu douăsprezece ramuri, şi poamele de pe o ramură îmi ajungeau o lună de zile şi le mâncam împreună cu buruienile ce creşteau prin pustie. Dumnezeu a poruncit îngerului să-mi aducă hrană în fiecare zi şi puţină apă; şi am petrecut şaizeci de ani fără să văd faţă de om". Vezi, dar, suflete al meu, cum ajută Dumnezeu sfinţilor care nădăjduiesc spre El şi se ostenesc şi s-au dat morţii pentru numele Lui? Iar tu, ticăloase suflete al meu, te tulburi în toate lucrurile, în tot locul, în toată vremea şi voieşti să te mântuieşti fără osteneală!

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de cei închişi în temniţă, după cum se spune în *Scară*, până la sfârşitul vieţii lor! Toată ziua umblau tânguindu-se şi li se împuţiseră şi putreziseră rănile trupului, că uitaseră a mânca pâinea, iar băutura le era cu plângere amestecată, şi mâncau cenuşă şi cărbuni, în loc de pâine. Oasele li se lipiseră de trup şi se uscaseră ca fânul; unii se chinuiau cu arşiţa soarelui, alţii stăteau neclintiţi, noaptea, în ger, alţii beau câte puţină apă, numai ca să nu moară de sete, alţii mâncau puţintică pâine, numai ca să nu moară de foame, şi nu se odihneau deloc; alţii, stând la rugăciune şi neavând lacrimi, se băteau singuri. Auzi, suflete al meu, cum pătimeau sfinţii?

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de fericitul David, cel mare între proroci, că nu se ruşina a plânge, zicând: „Ostenit-am întru suspinul meu, spăla-voi în toate nopţile patul meu, cu lacrimile mele aşternutul meu voi uda" (Ps 6, 6). Alteori, suspina, zicând: „S-au stins ca fumul zilele mele, şi oasele mele ca uscăciunea s-au făcut; rănită este inima mea şi s-a uscat ca iarba. Că am uitat a-mi mânca pâinea mea. De glasul suspinului meu, lipitu-s-au oasele mele de carnea mea (...). Toată ziua mă ocărau vrăjmaşii mei, că cenuşă am mâncat în loc de pâine, şi băutura mea cu plângere o am amestecat (...); şi eu ca iarba m-am uscat" (Ps 101, 4-6; 9-10; 12). Alteori, smerindu-se şi priveghind, se ruga, zicând: „Nu mă voi sălăşlui în locaşul casei mele, nu mă voi sui pe aşternutul patului meu, nu voi da somn ochilor mei şi genelor mele dormitare şi

odihnă tâmplelor mele, până ce voi afla locul Domnului, locaşul Dumnezeului lui Iacov” (Ps 131, 3-5). A Căruia este slava, acum şi pururea şi în vecii vecilor. Amin.

Partea a treia

Despre poruncile lui Dumnezeu şi despre faptele cele bune ale sfinţilor, prin care creştinul cel bine-credincios, urmându-le, poate birui patimile cele sufleteşti şi trupeşti, precum şi înşelăciunile diavoleşti

Cum se poate dobândi biruinţa asupra trândăviei minţii, lenevirii şi slăbănogirii

Când ţi se vor întâmpla unele ca acestea, pune în mintea ta aducerea-aminte de moarte, mergi cu gândul la mormânt şi vezi cum stă acolo cel mort de patru zile, cum se înnegreşte, se umflă şi iese dintr-însul putoare nesuferită; apoi se umple de viermi şi se topeşte şi nu are nicio podoabă. Uită-te şi în altă parte, la oasele ce zac în morminte, ale celor tineri şi ale celor bătrâni, ale celor cu chip frumos şi ale celor urâţi; socoteşte, apoi, care a fost cu chip frumos, care cu chip urât, care a fost pustnic şi care fără înfrânare, care nevoitor şi care negrijuliu şi la ce au folosit celor bogaţi odihna şi mâncărurile cele bune.

Adu-ţi aminte şi de muncile fără de sfârşit, despre care scriu sfintele cărţi: de focul gheenei, de întunericul cel mai din afară, de scrâşnirea dinţilor, de tartarul cel mai dedesubt şi de viermele cel neadormit. Uită-te şi vezi acolo pe păcătoşi strigând cu amare lacrimi, şi nimeni nu-i izbăveşte pe ei; oftează, suspină şi se tânguiesc, şi nimeni nu-i miluieşte; suspină dintru adâncul inimii, şi nimeni nu-i ascultă; se roagă, strigă şi se tânguiesc, şi nimeni nu le ajută.

Gândeşte-te cum toată făptura slujeşte neîncetat lui Dumnezeu şi Făcătorului ei, cum se schimbă şi cum fiecare îşi cunoaşte vremea sa. Socoteşte cele din veac, preaslăvitele minuni ale lui Dumnezeu faţă de robii Săi: cum S-a smerit şi a pătimit pentru mântuirea noastră şi câte bunătăţi a făcut şi cum a sfinţit neamul omenesc. Pentru toate acestea dă mulţumită Iubitorului de oameni, Dumnezeu, şi împreună cu aceasta ţine şi Rugăciunea lui Iisus.

Adu-ţi aminte şi de viaţa viitoare şi fără de sfârşit, de Împărăţia Cerurilor şi de odihna şi bucuria cea nespusă şi atunci vor pieri trândăvia, lenevirea şi slăbănogirea şi ca din morţi va învia sufletul tău, cu darul lui Hristos.

Spunere întreit alcătuită: că umilinţa taie înălţarea şi trufia omenească şi preface sufletul în izvor de lacrimi

Îndeletniceşte-te deseori cu acestea, pentru că să ştii că de mare folos îţi este şi cu multă dulceaţă cugetarea la ieşirea sufletului tău.

Omule, astăzi te împodobeşti cu podoabe, cu chipul şi cu slava, să-ţi petreci viaţa în cele deşarte, aşteptând din ceas în ceas, din zi în zi, din lună în lună şi din an în an.

O, omule, veacul tău se sfârşeşte, viaţa ta trece şi vremea, încetul cu încetul, se scurge; scaunul cel înfricoşat al Domnului se găteşte şi se apropie Dreptul Judecător... O, omule, judecata este lângă uşi, aşteaptă răspunsul cel înfricoşat; râul de foc învolburat şi cu zgomot şi cu scântei iuţi, muncile cele înfricoşătoare strigă şi zbiară, aşteptând pe păcătoşi să-i chinuiască.

O, omule, osteneşte-te şi aleargă, nevoieşte-te, că vestitorul nu vine înainte de moarte! Plata sfinţilor este pusă înainte, cununile drepţilor sunt pregătite, celor ce se ostenesc şi rabdă încercările li se deschide Împărăţia Cerurilor, odihna cea fără de sfârşit le stă în faţă şi se statorniceşte bucuria cea nespusă, pe care ochiul nu a văzut-o, urechea nu a auzit-o şi la inima omului nu s-a suit, pe care a gătit-o Dumnezeu celor ce-L iubesc pe Dânsul. O, omule, ai auzit de chinuri, apoi de ce nu te cutremuri şi nu te spăimântezi? O, omule, ai auzit de bucuria cea fără de sfârşit, de ce nu te nevoieşti? De ce îţi pierzi vremea vieţii în tulburări şi deşertăciuni? Că după aceasta nu vei mai afla altă vreme, chiar de o vei căuta şi cu lacrimi. O, omule, chiar de vei vieţui în această lume o sută de ani, sau o mie, hrănindu-te şi îndulcindu-te ca un taur, ungându-te şi împodobindu-te ca o vulpe, când va veni sfârşitul cel înfricoşător al morţii, ca o zi ţi se va părea întreaga viaţă, iar toată hrănirea şi împodobirea vor pieri şi vor fi fără pomenire şi degrabă vor fi trecut ca floarea ierbii. O, omule, după ziua naşterii tale, după ziua creşterii tale, după ziua bătrâneţii tale, ce urmează, dacă nu sfârşitul vieţii tale, cel grabnic şi fără de veste? O, omule, adu-ţi aminte unde sunt moşii şi strămoşii tăi! Unde sunt tatăl tău şi maica ta? Unde fraţii, unde rudele şi prietenii cei iubiţi? Au nu toţi s-au dus din viaţa aceasta? Oare n-ar fi vrut şi ei să mai vieţuiască pe lume, să se mai îndulcească, să se împodobească şi să se veselească în zilele cele bune ale lor? Şi, iată, fără de voie au fost luaţi! Adu-ţi aminte că pământ eşti şi din pământ luat; din pământ te hrăneşti şi iarăşi în pământ vei merge. Trupul tău se va strica, se va topi şi-l vor mânca viermii, iar oasele ţi se vor risipi.

Adu-ţi aminte de zilele cele din veac şi de anii neamurilor; că împăraţii şi domnii au avut toată îndestularea şi podoaba, dar, odată duşi din lumea aceasta, la ce le-a ajutat lor odihna acestui veac? Unde este mâncarea cea aleasă şi împodobirea? Iată, s-au făcut pământ şi cenuşă! Câţi puternici şi bogaţi, câţi tineri şi viteji au fost pe lume, strălucind cu tinereţea şi frumuseţea feţei! Dar la ce le-au ajutat puterea ce aveau, frumuseţea tinereţilor şi podoaba

feţei cea luminată? Ca şi cum n-ar fi fost! Toţi oamenii câţi au trăit pe pământ, mii de mii, întunerice de întunerice, toţi s-au dus din viaţa aceasta. Din care unii niciun cuvânt n-au mai putut rosti în ceasul morţii, ci, dintr-o dată, nestând sau şezând, au fost răpiţi; alţii au murit mâncând şi bând; alţii, mergând pe cale, degrabă au murit; alţii, culcându-se pe paturile lor ca să-şi odihnească trupul puţin, au adormit cu somnul cel de veci, iar alţii în ceasul morţii au avut întrebări grele şi înfricoşări înspăimântate, de care numai aducându-ne aminte să ne înfricoşăm nu puţin. Şi multe alte feluri de morţi fără de veste s-au petrecut şi se petrec.

O, ce nevoie, vai cât lăcrămează, îşi ridică ochii către îngeri, îşi întinde mâinile către oameni şi se roagă cu umilinţă, dar nu are cine să-l ajute! Cu adevărat deşarte sunt cele omeneşti! O, ce nevoie, vai, vai şi amar, înfricoşătoare şi pline de spaimă sunt acestea pentru toţi, când sufletul se desparte cu de-a sila de trup! Deci sufletul se duce plângând, iar trupul se dă pământului. Nădejdea celor deşarte, amăgirea celor pământeşti, mărirea şi îndulcirea au pierit ca o nimica. O, ce nevoie, vai, vai, mare plângere şi suspinare, mare oftare şi durere este la despărţirea sufletului de trup! Vai de noi, omule, scurtă este calea pe care alergăm, viaţa aceasta fum este, abur, ţărână, cenuşă şi praf şi putoare, se pierde ca fumul în văzduh, şi ca floarea ierbii degrabă cade şi se usucă...

Precum aleargă calul, cât de repede curge apa, precum goneşte negura, când se ia de pe faţa pământului, cum se usucă rouă de dimineaţă sau cum zboară pasărea, aşa trece viaţa aceasta; cum trece vântul, aşa trec şi curgerea vremii, şi zilele vieţii noastre. Bine este a răbda durerile cele repede trecătoare şi a iubi în această lume cele ostenitoare mai mult decât bucuria şi odihna veacului acestuia de o mie de ani, care nu-i nici cât o zi din cele viitoare. Trecătoare este calea vieţii pământeşti, că puţină vreme durează şi degrabă piere! Cu adevărat, deşarte sunt şi stricăcioase cele ce sunt numite în lumea aceasta dulci şi frumoase; nestatornice sunt ca umbra, şi viaţa aceasta ca un somn.

Cel ce cu puţin mai înainte era cu noi acum se duce; astăzi cu noi, iar mâine se dă gropii. O, ce nevoie! Vai, vai, cu adevărat în deşert se tulbură tot pământeanul; toţi ne vom schimba şi toţi vom muri: împăraţii şi domnii, judecătorii şi puternicii, bogaţii şi săracii şi toată firea omenească. Astăzi saltă cu noi, se veselesc şi se împodobesc, iar mâine plângem după ei, ne tânguim şi suspinăm şi-i punem în mormânt. O, omule, vino la mormânt şi vezi acolo pe cei mari zăcând fără slavă şi fără chip, cum se umflă, apoi putoare rea iese dintr-înşii, putrezind trupul şi topindu-se mâncat de viermi; rămân oasele goale şi se risipeşte tot trupul.

O, ce nevoie! Vai, suflete ticăloase, spăimântătoare vedere! Vai, vai, făptura cea îndoit şi cu înţelepciune făcută nu are nici frumuseţea, nici podoaba chipului! Unde ţi s-au ascuns podoaba trupului şi tinereţile cele frumoase? Unde este faţa cea veselă, unde ochii cei buni şi luminoşi, care priveau cu ameninţare? Unde este limba cea ritoricească şi grăitoare de cele mari? Unde este suflarea şi glasul cel dulce, subţirel şi umilit? Unde este vorbirea cea mare cu filosofii? Unde sunt călătoriile, unde gândirea şi înţelepciunea şi grija de cele deşarte? Toate au pierit şi viermii le-au stricat. Unii ies din gură, alţii din nări, alţii din ochi, alţii din urechi: toate s-au umplut de stricăciune şi de putreziciune!...

O, ce nevoie, Vai, vai! Văzând ţărâna zăcând în mormânt, zicem în sinea noastră: „Care este împăratul, care săracul? Care este robul, care cel slobod? Care este cel slăvit şi care cel neslăvit? Care cel înţelept, care nepriceput? Unde sunt frumuseţea şi îndulcirea lumii acesteia? Unde sunt vitejia şi înţelepciunea veacului acestuia? Unde sunt nălucirea şi înşelăciunea celor nestatornice? Unde este bogăţia cea putredă şi deşartă? Unde este împodobirea cea cu aur şi cu argint? Unde este mulţimea robilor, unde sunt toate grijile acestui veac deşert? Nu este nicăieri cel lipsit de toate acestea. O, ce nevoie, vai, vai! Cu adevărat în deşert se tulbură tot pământeanul! Te văd, mormântule, şi mă spăimântez la vederea ta; te văd şi mă cutremur, şi vărs lacrimi din inimă. O, moarte, cât eşti de cumplită şi fără de milă! Cine mai poate scăpa de tine? Că seceri neamul omenesc ca pe grâul necopt!

Pentru aceasta, fraţilor, cunoscând viaţa noastră cea scurtă, să ne grijim de acel ceas al morţii, neluând aminte la tulburarea lumii acesteia şi la grija cea nefolositoare a lumii. Că după moarte nu vor petrece cu noi nici bogăţia, nici slava, nici îndulcirea; nimic din cele ale acestui veac nu vom lua cu noi, ci numai faptele bune vor alerga şi ne vor sprijini şi vor fi cu noi; că goi ne-am născut şi goi ne vom duce! Drept aceea, auzind acestea, suntem datori a şedea cu tăcere în chiliile noastre şi a ne griji de suflete, a ne ruga şi a plânge pentru păcatele noastre şi a vieţui murind în lupte pentru Dumnezeu, cunoscând că degrabă este ducerea noastră de aici; să slăbim trupul nostru cel putred mai înainte de moarte, de vreme ce după moarte tot va putrezi, şi când ne va învia din morţi Domnul Dumnezeu, în ziua cea de apoi, ne va dărui viaţa cea fără de moarte şi împărăţia cea fără de sfârşit, în veci. Amin.

Întrebare despre Darul lui Dumnezeu! După ce va cunoaşte cineva că a ajuns la desăvârşire sau nu?

Răspuns: Unde este izvorul vieţii, acolo izvorăsc din inimă şi faptele cele bune, şi toată osteneala se uşurează când cercetează

Duhul Sfânt. Lucrarea Rugăciunii neîncetate izvorăşte atunci din inimă, ochii slobod lacrimi în toată vremea şi întru toate se arată socoteala cea luminată şi curată; că Sfântul Duh lucrează înlăuntrul lui. Iar unde este lucrătorul patimilor, acolo se înmulţesc patimile şi toată întunecimea şi negura şi greutatea, iar ostenelile se fac cu greutate când biruieşte duhul cel viclean.

Întrebare şi răspuns împotrivă: Cine este sfânt? Acela este sfânt, care păzeşte poruncile Domnului şi ţine credinţa cea creştinească fără prihană.

Şi cine păzeşte poruncile? Cel ce a biruit patimile şi s-a lepădat de mângâiere.

Şi cine s-a lepădat de mângâiere? Cel ce a lepădat cu totul iubirea de sine în toate chipurile voii sale.

Şi cine s-a urât pe sine în acest chip, pentru Împărăţia Cerurilor şi pentru viaţa cea fără de sfârşit, spune-mi? Cel ce a câştigat credinţă neclintită şi nădejde tare şi neîndoită în Dumnezeu, în toate suferinţele şi nevoile sale. Acesta cu adevărat este sfânt şi fără patimă.

Despre simţirile cele sufleteşti şi trupeşti; despre faptele bune; şi fapta bună din cea rea faptă se naşte

La început, a fost iubirea de oameni cea nespusă a lui Dumnezeu, care a dăruit oamenilor simţirile cele sufleteşti şi trupeşti. Simţirile cele sufleteşti sunt acestea: gândirea, priceperea, cuvântul, nălucirea şi simţirea; iar simţirile cele trupeşti sunt: vederea, mirosul, auzirea, gustarea şi pipăirea, cu care lucrăm faptele cele bune sufleteşti şi trupeşti.

A voit Hristos Dumnezeu ca să se scrie cărţile, ca din cărţi să socotească omul şi să se îndrepte. Începutul înţelepciunii este frica de Dumnezeu, iar frica de Dumnezeu naşte credinţa, credinţa naşte nădejdea, nădejdea naşte dragostea cea către Dumnezeu şi către oameni; dragostea naşte răbdarea şi altele multe; răbdarea naşte ascultarea şi toată fapta cea bună; ascultarea naşte întărirea, întărirea naşte postul, postul naşte curăţia şi liniştea, adică netulburarea; liniştea naşte înfrânarea, rugăciunea, lacrimile, cugetarea de cele dumnezeieşti, privegherea şi trezvia şi alte multe şi taie toată răutatea limbii. Plângerea naşte neagonisirea, neagonisirea naşte dreptatea şi taie toată tulburarea; rugăciunea naşte sporirea şi trezvia minţii, lacrimile şi bucuria; lacrimile nasc smerenia inimii şi blândeţea, smerenia naşte smerita înţelepciune, iar smerita înţelepciune taie trufia şi slava deşartă şi creşte rodul cel duhovnicesc. Aceste fapte bune nimicesc toate patimile sufleteşti şi trupeşti, şi, puţin câte puţin, creşte darul. Pe aceste fapte bune se cade a le face fiind sănătoşi

cu trupul şi slobozi de patimile trupeşti şi nelipsiţi de ajutorul lui Dumnezeu. Iar tuturor celor ce nu petrec în acest fel altele le sunt de trebuinţă şi altele li se cade, adică: sfânta smerenie şi Rugăciunea lui Iisus şi mulţumire pentru toate cele ce li se vor întâmpla. Acestea toate să şi le aducă aminte, adică să se îndeletnicească întru ele.

Despre faptele cele mai mari şi cap al faptelor bune; de va săvârşi cineva aceste fapte bune şi celorlalte toate să se supună; care sunt acestea

1. Despre credinţă

Cea dintâi şi cea mai mare este *credinţa.* Cu credinţa poţi muta şi munţii şi toate câte vei vrea, zice Domnul, Cel ce este întru toate. Cele de laudă şi de mirare cu credinţa se întăresc; iar chinuirea vine din împuţinarea credinţei, căci din voinţa noastră se împuţinează sau creşte credinţa.

2. Despre dragoste

Cea de a doua este *dragostea* nefăţarnică faţă de Dumnezeu şi faţă de oameni. Dragostea cuprinde şi înmănunchează toate faptele bune. Numai cu singură dragostea se săvârşeşte toată legea şi viaţa se face deplină: adică a-şi pune cineva sufletul pentru fratele său şi a nu-i face lui ceea ce însuşi nu voieşte. Din dragoste S-a întrupat Fiul lui Dumnezeu, iar cel ce petrece întru dragoste întru Dumnezeu petrece şi Dumnezeu petrece întru dânsul, că unde este dragoste, acolo este şi Dumnezeu.

3. Despre post

Cea de-a treia mare faptă bună este *postul;* iar „post” numesc a mânca o dată în zi şi a se scula de la masă puţintel flămând, iar mâncarea să fie pâine şi sare, şi băutura, apă. Aceasta este hrana căii împărăteşti, prin care mulţi s-au mântuit, precum au zis Părinţii. Chiar dacă, uneori, omul nu mănâncă o zi, două, trei, patru, cinci sau şi o săptămână, nu poate totdeauna posti astfel; dar a mânca în fiecare zi pâine şi apă, în acest fel poate totdeauna; doar că, mâncând, să se scoale de la masă flămând puţin, ca să fie şi trupul plecat spre osteneli şi să biruiască mişcarea minţii şi patimile trupului. Că nimic nu omoară patimile trupeşti precum le omoară mâncarea cea proastă.

Dacă însă posteşte cineva o vreme, şi apoi iarăşi se dedă la mâncărurile cele cu îndulcire, precum mulţi încep post sau alte fapte grele peste măsura puterii lor, şi apoi iar caută mâncărurile cele cu îndulcire şi odihna spre întărirea trupului, unul ca acesta se aseamănă celui ce zideşte şi iar strică, de vreme ce trupul din nevoia postului se pleacă spre bucatele cele cu îndulcire şi caută mângâiere. Îndulcirile aprind patimile, dar, de-şi va pune omul

măsură cât să mănânce într-o zi din bucatele cele proaste, mare folos va afla, şi chiar de va mânca mai mult nu pentru dulceaţa bucatelor, cum fac cei ce mănâncă mult, ci pentru întărirea puterii trupului -, tot va putea săvârşi lucrul cel duhovnicesc. Dar de va posti mai mult decât atât, apoi într-altă vreme se porneşte spre odihnă, că nevoinţei celei cu măsură nu i se ştie preţul.

Că unii dintre Părinţii cei mari mâncau bucatele cu măsură şi întru toate aveau măsură: şi întru nevoinţă, şi întru trebuinţele cele trupeşti, şi întru vasele chiliei, şi în vremea lor şi în toate lucrurile. Pentru aceasta poruncesc Sfinţii Părinţi a nu începe lucrul mai presus de putere şi apoi iarăşi a slăbi. Ia aminte la tine, ca să mănânci în fiecare zi, că a posti aşa tare nu este cu putinţă. Dar dacă va posti cineva mai mult, apoi cum s-ar înfrâna după săturare şi de mâncarea cea multă? Nicidecum. Acest fel de postire al celor fără de măsură vine sau din slava deşartă, sau din nesocotire, de vreme ce postul este una din faptele bune spre înfrânarea trupului, a gândurilor celor rele şi spurcate şi a poftelor celor de curvie, căci şi mâncând în fiecare zi se pot împuţina acestea.

Unii numesc aceasta „desăvârşire” şi cu nimic nu se împuţinează şi nici nu se micşorează cei ce mănâncă în fiecare zi la vremea orânduită. Pe unii ca aceştia îi laudă Sfântul Teodor Studitul în învăţătura cea de vineri, din săptămâna întâi a Postului Mare, aducând mărturie pe toţi Părinţii cei purtători de Dumnezeu. Deci într-acest fel se cade a face şi noi.

E adevărat că Domnul a răbdat îndelungată foame, asemenea şi Moise şi Ilie, însă numai o dată a făcut aceasta (a postit patruzeci de zile). De asemenea, şi mulţi alţii, când aveau dragoste pentru vreo trebuinţă oarecare şi voiau să ceară acel lucru de la Dumnezeu, îşi rânduiau o vreme de post.

Deci e bine ştiut din legea cea firească, din învăţăturile Scripturilor, ale fericiţilor Părinţi, din faptele tuturor sfinţilor, din viaţa Mântuitorului nostru şi din pravilele celor ce bine ocârmuiesc viaţa, că este bine şi de folos a mânca puţin, a se deda mai degrabă la luptă şi la osteneală şi totdeauna la durere, nu a-şi slăbi trupul cu postul cel fără măsură şi a-l face să stea în nelucrare şi deşert.

De eşti tânăr şi se sălbăticeşte trupul, înfrânează-l tare; iar de este neputincios, dă-i să se sature, fără a căuta la alţi nevoitori, că posteşte unul mai mult sau mai puţin, ci tu te uită la neputinţa ta şi la puterea ta şi chiverniseşte trupul cât este cu putinţă, folosind cu cumpătare mâncarea. Că fiecare om îşi are măsura lui, iar învăţător, conştiinţa lui. Nu este cu putinţă a ţine toţi un fel de rânduială şi un fel de nevoinţă, de vreme ce unii sunt tari, alţii

slabi; unii ca fierul, alţii ca arama, alţii ca ceara. Cercând bine în acest fel, mănâncă în fiecare zi o dată, afară de sâmbătă şi de duminică şi de praznicele cele împărăteşti. Postul cel măsurat, cu înţelepciune adică tras în cumpăna minţii cu multă socoteală este temelie şi cap al faptelor bune. Ca şi cum ne-am lupta cu un leu sau cu un şarpe cumplit, aşa să ne luptăm cu vrăjmaşul, întru neputinţă trupească şi întru sărăcia cea duhovnicească.

Cel ce vrea să-şi facă mintea tare faţă de gândurile spurcate, să-şi subţieze trupul cu postul, că fără post nu este cu putinţă a fi preot cum se cade.

Cât de trebuitoare ne este suflarea, aşa ne este şi postul. Că, intrând în suflet, postul omoară păcatul, care zace întru adâncul inimii.

4. Despre înfrânare

Cea de-a patra faptă bună este *înfrânarea,* care este, de asemenea, maica tuturor faptelor bune; că faptele bune intră deodată toate prin post. Drept aceea, de-ţi vei înfrâna pântecele, vei intra în rai, că înfrânarea este uciderea păcatului, înstrăinare şi omorâre de patimi, începutul vieţii duhovniceşti, solitoarea bunătăţilor celor veşnice. Iar nepostirea izgoneşte de la om darul lui Hristos; că, fiind pântecele sătul, se pleacă spre somn şi se ridică asupră-i gândurile cele spurcate şi nu poate nicidecum priveghea, nici citi, nici lucra cu mâinile, nici alt bine a face. Petrecerea cea bună, uşoară şi cu trezvie, care stinge setea, este aceasta: pâine şi apă caldă. Că, fără de apă caldă, pustnicul se usucă la cele dinlăuntru şi nu ies dintr-însul prisosurile de hrană. În vremea praznicelor, chisăliţă de orz şi cele asemenea.

Mâncarea are patru aşezământuri: postire, înfrânare, îndestulare şi săturare. De-şi va înfrâna cineva pântecele, va câştiga sălăşluirea în rai; iar de nu şi-l va înfrâna, va fi mâncare morţii, că, neîmblânzind pântecele, se va lipsi de toate bunătăţile şi va fi tuturor de batjocură.

5. Despre priveghere

Cea de-a cincea faptă bună este *privegherea* cea cu socotinţă, întru măsură. Călugării cei începători (adică cei călugăriţi de curând) se cade a priveghea jumătate de noapte, iar jumătate a dormi: fie de cu seară până la miezul nopţii, fie de la miezul nopţii până dimineaţa; adică şase ceasuri a priveghea şi şase sau cinci a dormi. Iar cei de la mijloc, patru sau trei ceasuri a dormi şi opt a priveghea. Iar cei desăvârşiţi, un ceas a dormi şi toată noaptea a sta la rugăciune şi la priveghere. Iar ziua, toţi aceştia să doarmă un ceas. Că privegherea cea cu socoteală curăţă mintea de umblarea gândurilor şi o subţiază întru rugăciune.

Că, precum ochii trupeşti luminează trupul şi strălucesc toate

mădularele, aşa şi trezvia, privegherea cea neadormită, luminează sufletul cu vederea cea cu mintea şi îi aduce aminte omului de bunătăţile cele nespuse pe care le-a gătit Dumnezeu celor ce-L iubesc pe Dânsul. Şi vede muncile cele groaznice care sunt gătite păcătoşilor şi se minunează de Cel ce le-a făcut pe toate. Vede cum ziua şi noaptea se schimbă, cum soarele, luna şi stelele luminează, cum gerul, zăpada, căldura, soarele, tunetul, ploaia se schimbă, şi aduce aminte omului cum trece viaţa veacului acestuia şi de sfârşitul vieţii, şi curg lacrimile din destul, văzând luminat cu ochii minţii tăria omenească, ca un străjer de la un loc la altul, cum vieţuieşte întru cele de-a dreapta sau întru cele de-a stânga. Că privegherea cea cu măsură veseleşte inima.

6. Despre rugăciune

Cea de-a şasea este *Rugăciunea lui Iisus.* Rugăciunea lui Iisus este dragostea lui Dumnezeu. Că aceasta singură este lucru şi al îngerilor, şi al oamenilor, şi cu această rugăciune degrabă ajungem întru viaţa lor, adică a îngerilor. Rugăciunea este izvor a tot lucrul bun şi al faptei bune şi goneşte de la om întunericul patimilor. De vei agonisi-o pe aceasta, şi sufletul tău mai înainte de moarte va fi asemenea îngerilor. Rugăciunea este veselia lui Dumnezeu, adică singură această cinstită armă, şi nu este altă armă care să taie şi să pârjolească pe draci ca aceasta. Căci arde ca şi focul spinii şi înfierbântă pe om cu totul, ca focul, şi sloboade nespusă dulceaţă şi veselie, încât uită omul viaţa aceasta de dulceaţă şi bucurie şi toate cele ale veacului acestuia le socoteşte ca lepădătură şi cenuşă.

7. Despre smerenie şi despre smerita cugetare

Cea de-a şaptea sunt *smerenia* şi *smerita cugetare.* Că smerenia inimii chiar fără de osteneală mântuieşte pe om: pe cel bătrân, pe cel bolnav, pe cel sărac, pe cel mişel şi pe cel nepriceput. Şi pentru smerenie se iartă toate greşelile. Smerenia scoate pe om din adâncul păcatului. Că pentru smerita cugetare se strică toate laţurile şi gândurile vrăjmaşului. Smerita cugetare ţine toată viaţa cea duhovnicească şi o păzeşte de cădere.

8. Despre liniştire şi despre tăcere

Cea de-a opta este *liniştirea*, care este osebirea de toate grijile lumeşti, şi de gâlcevi, şi de tulburări. Iar *tăcerea,* adică nevorbirea, se cunoaşte când eşti în mijlocul multor fraţi. Cel ce şi-a înfrânat şi şi-a oprit limba, acela tot trupul şi-l va înfrâna. Cel ce şi-a înfrânat limba, acela a scăpat de toată răutatea care se naşte din vorbire. Limba este o răutate neoprită, că mulţi au căzut de ascuţişul sabiei, dar mai mulţi au căzut prin limbă. Limba noastră este sabie ascuţită, care junghie nevăzut sufletul şi trupul, spunând şi vorbind cele deşarte. O, limbă, potrivnicul dreptăţii

mele! O, limbă, pierzătorul meu şi prietenul satanei! Că prin multe osteneli zideşte omul temelia cea duhovnicească, iar tu, limbă, cu un cuvânt, o sapi şi o pierzi într-un ceas. „Bărbatul înţelept linişte aduce” (Înţ. Sol.).

9. Despre neagonisire

Cea de-a noua sunt *neagonisirea* şi *sărăcia desăvârşită.* Călugărul care nu are agonisire este ca un vultur ce zboară la înălţime şi nu-l prinde nimeni, nici se încurcă în vreun laţ al măririi veacului acestuia. Să fugim, să fugim de iubirea de argint şi de celelalte lucruri, ca de un leu ce răcneşte! Că aceasta schimbă smerenia şi blândeţea omenească în iuţimea neîndurării şi a ţinerii minte a răului. Cel ce are această iubire de argint şi de alte strânsuri, acestea îl fac pe om ca o fiară cumplită.

10. Despre dreapta socoteală

Cea de a zecea este *socotirea cea cu bună înţelegere* în toate lucrurile, de vreme ce, fără dreapta socoteală, şi lucrul cel bun se preface în răutate şi nu este bun.

Fără aceste zece fapte bune nu ne putem mântui. Iar Sfinţii Părinţi au zis despre ele mai pe larg, cu multe feluri de cuvinte, iar aici s-au zis mai pe scurt. Dintre care, trei fapte bune: postul, înfrânarea pântecelui cu înţelepciune şi cu înţelegere, neclintita nădejde şi neîmpuţinata îndeletnicire întru învăţătura lui Dumnezeu (privegherea cu socotire, zicem fiecăruia, împotriva trezirii ştiinţei şi puterii; Rugăciunea lui Iisus, zic, întru înţelegere, adică ceea ce zice gura, aceea şi mintea, şi inima să ia aminte şi să păzeşti înlăuntrul inimii), acestea trei mai cuprinzătoare fac ca toate faptele bune să fie cu înţelegere, numai singur de Dumnezeu ştiute; ca pentru El să le facem, departe de orice făţărnicie omenească, a măririi deşarte. Iar de nu se vor face în acest fel, nimic nu are mai mult decât cei ce nu le fac. Că se cade să lăsăm acea faptă bună pentru care ne înălţăm cu mintea. Iar plata se dă nu pentru voinţă, nu pentru osteneală, ci pentru smerenie. Că mai bun este cel ce greşeşte şi se pocăieşte, decât cel ce face vreo faptă bună şi se înalţă.

Domnul Dumnezeu să ne înţelepţească şi să ne întărească să facem voia Lui şi sfintele porunci şi faptele cele bune. A Căruia este mărirea, acum şi pururea şi în vecii vecilor. Amin.

Despre patimi şi răutăţile cele cumplite din care se naşte

Mai înainte de tot păcatul, dracii slobod acestea trei: pizma cea întunecată, iuţimea cea sălbatică, adică cea fără de omenie şi cu chip de fiară, şi neînţelegerea, care este ca o negură întunecată, adică împuţinarea minţii. Acestea trei vin înaintea tuturor păcatelor, că nu face omul niciun păcat de nu vor veni mai

întâi acestea trei, şi îl împart pe el întru toate răutăţile: sau în uitare, sau în iuţime, sau întru neînţelegere. Din acestea trei se naşte nesimţirea sufleteştilor simţiri şi se face ochiul cel sufletesc, adică mintea, întunecată, şi-l stăpânesc pe om toate patimile. Mai întâi se naşte împuţinarea credinţei, iar împuţinarea credinţei naşte iubirea de sine, care este începutul şi sfârşitul, rădăcina născătoare a tuturor răutăţilor, adică iubirea de trup ca şi dobitoacele.

Drept aceea, îşi adună omul cele de folos, în toate, pentru el singur, în toate chipurile, în tot locul. Iar acest cap cumplit se ucide cu dragostea, cu îndurarea şi cu lăsarea voii sale. Iubirea de sine naşte neîndurarea, şi iubirea de argint nesăturarea pântecelui, care este rădăcina şi pricina tuturor răutăţilor. Că dintre aceste două, adică din iubirea de sine şi din iubirea de argint, se scornesc toate nevoile şi toate răutăţile, şi între mireni, şi între monahi. Iar din iubirea de argint se naşte trufia, prin care au căzut dracii din mărirea cea sfântă şi au fost surpaţi din cer; iar mândria naşte iubirea de mărire, cu care a fost înşelat Adam, că a poftit să fie Dumnezeu, şi nu a fost, şi a adus tot neamul omenesc la întristare şi blestem. Iar iubirea de mărire naşte iubirea de îndulciri, prin care a căzut Adam. Iar iubirea de îndulciri naşte îndrăcirea pântecelui, iar săturarea pântecelui naşte curvia şi mânia care stăpânesc căldura inimii şi pierd faptele cele bune. Iar mânia naşte ţinerea de minte a răului care răceşte căldura inimii. Iar ţinerea de minte a răului naşte iubirea cea întunecată şi urâciunea asupra fratelui; iar hulirea naşte întristarea cea fără de vreme, care mănâncă pe om precum rugina fierul. Întristarea minţii naşte iuţimea cea fără de pricepere, iar iuţimea naşte mărirea deşartă, ceea ce arată faptele bune şi face fără de plată ostenelile; iar mărirea deşartă naşte neînfrânarea la multa vorbire. Iar multa vorbire naşte minciunile, grăirea de rău, osândirea, umblarea (risipirea) minţii, trândăvia minţii şi robirea, iar trândăvirea naşte somnul cel întunecat. De va birui cineva pe acestea, să-i spun lui şi pe celelalte, care sunt: înfricoşarea, înspăimântarea, pizma, ura, făţărnicia, înşelăciunea, cârtirea, necredinţa, luarea de dobânzi, iubirea de a strânge lucruri caliceşti, adică a strânge toate zdrenţele, petecele şi multe feluri de lucruri, adică toate câte are patimă către ele împuţinarea şi slăbirea sufletului, mânierea cea grabnică, a te mânia numaidecât, plăcerea iubirii de stăpânire, plăcerea oamenilor, a face cum place oamenilor, îndrăcirea şi râsul.

Iar căderea cea mai de pe urmă, groapa din care nu mai poate ieşi şi pierzarea, este deznădejdea, că unul ca acesta singur pe sine s-a junghiat. Că deznădăjduitul, necunoscând iubirea de

oameni a lui Dumnezeu şi mila Lui, că a venit să mântuiască pe cei păcătoşi, nu ştie că nu este păcat pe pământ care să nu aibă iertare...

Care sunt cele şapte patimi? Cea dintâi este iubirea de sine, a doua, iubirea de argint, a treia, trufia sau slava deşartă, a patra, ţinerea de minte a răului, a cincea, a osândi pe cel ce greşeşte, a şasea, a se socoti pe sine drept, adică părerea de sine, a şaptea, care este sfârşitul tuturora, deznădejdea. De nu se va păzi cineva de aceste răutăţi şi de nu le va lepăda de la sine, va pierde şi cele zece fapte bune, pe care le-am arătat mai înainte, şi care sunt: credinţa, dragostea, postul, smerita cugetare, liniştirea, tăcerea, neagonisirea, dreapta socoteală şi celelalte.

De va avea cineva numai una dintre acestea, nu are nimic, chiar de se nevoieşte asupra patimilor sau de face altceva; chiar sângele de şi-ar vărsa pentru Hristos, rugăciunea lui nu e primită de Dumnezeu. Domnul Dumnezeu să ne izbăvească pe noi de toate patimile şi asupririle, cu darul Său. Amin.

Despre patimile cele trupeşti; din ce se nasc şi cum să le birui

Pofta trupească se naşte în om din prefacerea cea călduroasă sau din mâncarea cea multă, sau din somn mult, sau din lucrarea satanei, sau din osândire, sau din vorbe deşarte, sau din împodobirea cu haine, sau din vederea cu ochii a frumuseţii străine. Şi de-ţi vor veni cândva gânduri de curvie sau năluciri de noapte, în somn sau de ziuă, sau înfierbântare trupească, nu vei scăpa de acestea decât cu post, cu înfrânare, cu lacrimi, cu rugăciune, cu priveghere de toată noaptea. Dar de va cunoaşte cineva puterea cea sufletească şi trupească şi slăbirea, degrabă va afla încetarea patimilor.

Despre cum se cade în toată vremea a petrece cu luare-aminte

În toate serile se cade a ne cerca pe noi înşine cum am petrecut ziua şi în toate dimineţile, iarăşi, a cerca cum am trecut noaptea. Şi, nu numai atunci, ci şi în orice vreme, şi în orice loc să ne întrebăm pentru tot lucrul şi să ne socotim pentru faptele cele bune, oriunde vom fi, unde ne aflăm, pe ce treaptă ne aflăm noi: la început, la mijloc sau la sfârşit. Şi să ne ostenim cum se cade, ca să luăm plata: sau facem faptele cele bune şi luăm plată, sau facem faptele cele rele şi nu ne ostenim, şi de plată ne lipsim; iar de vom greşi ceva, să plinim neajungerea cu lacrimi şi cu tânguire. Că pentru aceasta nu ajungem la desăvârşire şi ne lipsim de dar, pentru că nu ştim care este începutul, mijlocul şi sfârşitul faptelor bune şi care este împuţinarea faptelor bune şi care a faptelor rele;

că la toată fapta cea bună se sileşte pierzarea şi mărirea deşartă. Şi la toată fapta bună îi stă împotrivă cea rea. Fără de această luptă, în zadar ne ostenim. Că faptele cele bune se numesc *sufleteşti,* şi la acestea trupul pătimeşte, osebit de suflet, care le iubeşte, iar trupul nu. Iar patimile se numesc *trupeşti,* că de ele numai trupul se desfată şi se îngraşă; adică nu se bucură nici întrunele, ci dimpreună slăbesc şi trupul, şi sufletul.

Zicere pe scurt despre toate patimile sufleteşti şi trupeşti

Mai întâi, se cade a curăţa casa cea împărătească de toate spurcăciunile şi a o împodobi pe ea cu toate podoabele, şi abia atunci se cade să intre Împăratul în ea. În acest fel se cade mai întâi a curăţi pământul inimii şi a dezrădăcina spinii patimilor şi lucrarea cea pătimaşă şi a-l înmuia prin nevoi şi necazuri şi a semăna sămânţa faptelor bune şi a o adăpa cu plângere şi cu lacrimi. Atunci va creşte rodul nepătimirii şi viaţa cea veşnică. Că nu Se va sălăşlui Duhul Sfânt până ce nu se va curăţa omul de patimile cele sufleteşti şi trupeşti. Că trebuie a fi înlăuntru: sau Duhul Sfânt, sau lucrarea patimilor. Că unde este Duhul Sfânt, acolo nu se apropie patimile; iar unde sunt patimile, acolo nu petrece Duhul Sfânt, ci cel viclean.

Ci se cade a lepăda, mai întâi, de la sine iubirea de trup şi toate lucrurile trecătoare şi a se smeri pe sine înaintea lui Dumnezeu şi a oamenilor; a se ocărî pe sine şi a alege pentru sine ce este mai prost, şi aşa vor înceta patimile sufleteşti. Că smerenia niciodată nu cade, ci zace jos înaintea tuturor. Subţiază-ţi trupul cu postul şi cu toate faptele cele bune, rabdă nevoile şi chinurile şi vor înceta patimile cele trupeşti.

Opreşte-ţi limba, că aceasta este solitoarea răutăţilor, şi vor înceta patimile cele sufleteşti şi vei fi în pace. Atunci va fi omul în pace şi fără patimi, câştigând viaţa cea veşnică, iar vrăjmaşul va fi biruit şi se va arăta fără de putere, slăbind toate urmele şi meşteşugirile lui. Iar Domnul Dumnezeu să ne păzească pe noi. Amin.

Despre nepătimire

Nepătimirea este nu numai a fi afară de lucrarea patimilor, ci a fi străin şi de pofta cea către dânsele. Fără de patimi este acela care a biruit iubirea către patimi, în toate chipurile, care nu se tulbură de vreun lucru al lumii acesteia, nici nu se teme de necazurile cele aspre şi de asupreli. Încă nici de moarte nu se înfricoşează, ci se gândeşte că prin acestea câştigă viaţa veşnică. Fără patimi este acela care, pătimind de la draci şi de la oamenii cei vicleni, nici nu bagă de seamă, nici nu socoteşte că este vreo

răutate aceasta, ci precum ar pătimi altul. Că, fiind lăudat, nu se înalţă şi, fiind ocărât, nu se scârbeşte, ca un prunc care, fiind bătut, plânge, fiind mângâiat, se bucură. Că a fi fără patimi nu este a avea numai o faptă bună, ci a avea numele tuturor faptelor bune şi pe Duhul Sfânt, Care curăţă pe om de patimi, de vreme ce niciun lucru duhovnicesc nu este tare fără de Duhul Sfânt. Şi, de nu se va curăţa omul de patimi, Duhul Sfânt nu vine peste el, nici se va numi nepătimaş, dacă lipseşte Duhul, pentru că el pătimeşte în tot locul. Iar când va veni Duhul Sfânt peste el, atunci i se uşurează toate greutăţile şi necazurile şi petrece fără osteneală întru toate.

Despre curăţia minţii, a inimii şi a sufletului

Prin viaţa cu multe osteneli şi prin blândeţea lor intră unii întru curăţia inimii, a minţii şi a sufletului. Că din necazuri, din faptele cele bune, din osteneli, din flămânzire, din sete, din priveghere, se curăţă inima. Şi, precum din înfierbântarea minţii celei spurcate se nasc patimile trupeşti, adică curvia, din curăţia minţii şi a inimii se nasc toate faptele cele bune. Din curăţia inimii, din post, din rugăciune, se curăţă mintea de lucrurile cele spurcate şi se luminează. Iar din curăţia minţii se curăţă şi sufletul şi se luminează, făcând fapte bune. Iar din curăţia cea sufletească izvorăşte vederea minţii. Că fără curăţia minţii, a inimii şi a sufletului, nu se ajunge la vederea cu mintea; şi nu cumva să ne fie nouă oprirea acestora şi să fim omorâţi de draci. Iar fiind noi cu patimi, adică pătimaşi, îndrăznesc dracii a intra în noi şi a ne chinui. Iar în locul adevărului, arată înşelăciunea, în vreme ce, cu inima curată, cu mintea curată şi cu sufletul curat se vede soarele minţii. Deci se cuvine a ne nevoi în post şi în rugăciune neîncetată, că aşa Se pogoară Duhul Sfânt întru adâncul inimii şi curăţă patimile cele sufleteşti şi pe cele trupeşti; îndulceşte, moaie, veseleşte inima şi goneşte gândurile cele spurcate ale minţii şi luminează sufletul. În acest fel se curăţă inima omului, mintea, sufletul şi trupul. Atunci darul lui Dumnezeu se odihneşte întru el şi se închide uşa patimilor şi dracilor, începând a lucra într-însul dulceaţa cea duhovnicească, că, până nu i se va slăbi omului mişcarea firească în trup, încât să nu se mai mişte inima lui spre plăceri, nu se poate desăvârşi.

Asemenea şi sufletul împreună cu mintea, de nu se vor slobozi de patimi, nu pot vedea cele dumnezeieşti. Că începutul curăţiei este a nu mai adăuga gând rău. Iar desăvârşirea curăţiei este omorârea trupului; că necurăţia inimii este dulceaţa curviei, iar necurăţia trupului este căderea în păcat; necurăţia minţii sunt gândurile cele spurcate, iar necurăţia sufletului sunt patimile cele sufleteşti.

De se va osteni cineva cu trupul la faptele cele bune, iar pentru tocmirea celor dinlăuntru nu va purta grijă, adică de paza inimii şi de paza minţii, nu se va griji nici pentru luminarea lor. Unul ca acesta este asemenea cu omul care adună cu o mână, iar cu alta risipeşte. Că faptele bune, care sunt trupeşti, sunt doar începutul căii celei duhovniceşti. Iar cârmuirea sufletească sunt paza dinlăuntru a inimii şi a minţii şi buna lor lucrare, iar acestea sunt sfârşitul căii celei duhovniceşti. Că ostenelile trupului fără paza dinlăuntru cad ca frunzele uscate.

Pentru aceasta nu venim întru desăvârşire şi ne lipsim de har, fiindcă nu ştim de unde să începem viaţa duhovnicească, nici mijlocul ei, nici sfârşitul, nici legătura şi întărirea faptelor celor bune. De aceea ne şi ostenim în zadar.

O, omule, ia aminte la tine pentru acestea, de unde se începe nevoinţa vieţii celei duhovniceşti, de unde se nasc faptele cele bune şi de unde îndrăznesc patimile a intra, şi degrabă vei afla luminarea sufletului tău. Iar fără de aceasta, vei semăna începutul în mare şi-l vei îneca.

Despre întunecarea minţii

Întunecarea minţii se face din patimi, din gâlcevile vorbelor celor multe, adică din tulburări, din grija cea fără de măsură, din necazuri, din gândurile multe, din săturare şi din somn mult.

De multe ori, întunecarea minţii se face de la draci, când ei se apropie de noi. Prin aceste patimi se închide în noi ochiul sufletului; adică mintea se întunecă, se tâmpeşte, se îngroaşă, nu prea vede bine, nu are dreapta socoteală şi nu vede nimic din cele duhovniceşti.

Căci precum are cineva vederea ochilor trupeşti bolnavă şi se împiedică noaptea, şi chiar ziua cade în groapă, în acest fel este şi cel care are mintea întunecată: cade în multe feluri de patimi şi se trândăveşte, umblă cu gândurile pretutindeni, uită ce face şi doarme mult.

Despre trezvie, adică luminarea minţii

Trezvia, adică luminarea minţii, se face din nepătimire, adică a nu iubi patimile. Şi se luminează prin post, prin înfrânare, prin linişte, prin netulburare, prin şederea în chilie, prin Rugăciunea lui Iisus, prin lepădarea grijii, prin veghea de noapte, prin lucrarea Sfântului Duh, când ni se dă nouă darul de la Dumnezeu. Prin aceste fapte bune se curăţă mintea de întunecare şi începe a socoti, a ţine minte şi a fi veselă. Dar umblarea cugetului nimeni nu poate să o biruiască de tot, decât Rugăciunea lui Iisus, postul, citirea, cântarea, şederea în chilie cu luare-aminte, cu liniştire, cu

aducerea-aminte de moarte, cu aducerea-aminte de chinurile viitoare, cu dorirea bunătăţilor viitoare. Dar, mai ales, rugăciunea şi postul risipesc toate gândurile, îmblânzesc înfierbântarea creierilor şi nu lasă mintea să se tulbure, o strâng din risipire şi o luminează. Rugăciunea şi postul izgonesc duhurile necurate din om, aşa cum Însuşi Domnul zice: „Acest neam de demoni nu iese decât cu rugăciune şi cu post” (Mt 17, 21). De aceea rugăciunea şi postul sunt armele care izgonesc pe draci şi întunecarea, care de multe ori se face de draci, prin fel de fel de pofte, şi o opresc a intra în noi. Căci rugăciunea, fiind un duh din dar, curăţă sufletul, luminează mintea şi dă omului sârguinţă. Rugăciunea cu trezvie este paza minţii şi stinge uitarea, ca apa când o torni pe foc. Rugăciunea lui Iisus este izvor a tot binele. Pe cei păcătoşi îi face sfinţi, pe neînţelepţi îi înţelepţeşte, pe cei nedrepţi îi face drepţi, pe cei nepricepuţi, pricepuţi. Şi nu numai de acestea se va învrednici cel ce se roagă, ci şi de tainele cele dumnezeieşti şi vor fi văzători mai înainte cu mintea a celor ce vor să fie. Precum îşi vede omul faţa în oglindă, aşa vede cel sfânt cele ce se vor întâmpla în viitor.

Cel ce se roagă îşi vede cu mintea toată viaţa sa şi pe a altora, cunoscând dacă vieţuieşte bine sau rău. Cu ajutorul rugăciunii goneşte patimile, strică toate meşteşugirile cele diavoleşti, nălucirile, mâhnirea, gândurile rele. Că nimic nu poate să biruiască pe draci şi meşteşugirile lor cele rele ca Rugăciunea lui Iisus, făcută cu trezvie neîntreruptă, cu curată şi smerită cugetare, pentru că rugăciunea taie ca o sabie toată ispita diavolească. Dumnezeu este Cel căruia ne rugăm şi căruia toate I se supun. Deoarece nu poate fiecare om nevoitor să se lupte cu dracii, să stea împotriva lor şi să-i biruiască fără a se ruga lui Dumnezeu. Cel ce crede cu mintea că a ajuns la desăvârşire, iar în suflet are luptă, acela se înşală. Că, necurăţând cele dinlăuntrul lui cu trezvia şi cu luarea-aminte şi cu paza minţii, este surpat de draci. Cele ce nu-s plăcute lui Dumnezeu să nu le faci, şi ceea ce ţie nu-ţi place nu face altuia. Apoi, păzeşte-ţi inima de îndulcirea cu poftele rele şi de înfierbântarea cea spurcată. Păzeşte-ţi mintea cu trezvie de gândul rău şi întăreşte-ţi mintea şi inima, ca să fie totdeauna cu smerită cugetare şi înţelepciune. Rugăciunea cea scurtă ucide mulţimea patimilor, goneşte duhurile cele viclene şi creşte darul. De aceea, Rugăciunea lui Iisus cu post este frâul trezviei şi curăţiei, şi tărie. Iar trezvia este curăţia minţii, a inimii şi a sufletului. Inima nu poate păstra multă vreme curăţia, fără să se spurce, de nu va fi trupul strunit cu post. Nu se poate nici preot să fii cum se cuvine, fără post. Că fără post nu se supune trupul duhului la lucrarea cea duhovnicească. Dar nici rugăciunea nu se

ridică în sus dacă trupul este înfierbântat de patimi. Că din înfierbântare se ridică gândurile rele, iar inima aude şi se spurcă. Din această pricină se îndepărtează Duhul, şi dracii iau îndrăznire să ne stăpânească. Că, ori încotro şi oriunde ne-am întoarce mintea, nu poate umbla la cele cereşti, fiindcă este ţinută de draci ca şi cu o funie. Căci se silesc diavolii să ne aducă în minte uitare şi întunecare, ca să ne poată birui şi stăpâni. Ci noi să ne ţinem de post, care curăţă trupul, creşte rugăciunea şi o întăreşte, o face puternică, de iese din gură ca o văpaie de foc. Rugăciunea cea cu trezvie şi cu post arde pe draci, că nu pot să se apropie, ca de un cuptor în care arde focul, nici nu i se întâmplă vreun neajuns trupului celui ce petrece în înfrânare.

Despre negrijă; că trebuie a nu ne îngriji de nimic niciodată

Dracii ne asupresc în tot felul şi meşteşugesc multe feluri de ispite, ca să pogoare mintea noastră de la rugăciune şi să ne facă deşerţi şi fără lucrare. Şi se luptă cu noi ca să ne depărteze de la fierbinţeala rugăciunii şi de la dragostea lui Dumnezeu. Că, dacă ar putea, dracii ne-ar da toată împărăţia şi bogăţia lumii, numai să surpe mintea noastră de la cugetarea şi dragostea lui Dumnezeu, prin griji trecătoare şi trupeşti, ca să nu ne mai îngrijim de rugăciune şi de post.

Ci noi să facem dimpotrivă. Adică să lăsăm la o parte toate grijile lumeşti şi trupeştile trebuinţe şi să ne grijim mai mult de trebuinţele sufletului şi să petrecem în rugăciune, în post, în priveghere, în dragoste de Dumnezeu şi de aproapele. Atunci, fără îndoială, se va îngriji şi Domnul Dumnezeu de noi şi nu ne va lăsa, nici ne va lipsi de tot binele, după cuvântul ce zice: „Domnul nu va lipsi de bunătăţi pe cei ce umblă întru nerăutate”. Şi, când se va îndulci rugăciunea prin luarea-aminte şi paza inimii, atunci lacrimile curg ca un izvor din ochii omului, izvor de lacrimi din bucuria inimii că s-a apropiat de Domnul prin rugăciune.

Iar de va voi cineva să aibă în rugăciune fierbinţeală şi dragoste, trebuie să poarte în trupul său moartea lui Iisus, să fie adică mort cu trupul, să se nevoiască, să se silească în toate zilele vieţii sale. Până la ieşirea sufletului din trup să petreacă în rugăciune, în post, în mare nevoinţă, fiind osebit de deşertăciunea lumii acesteia. Câtuşi de puţin să nu se grijească de cele deşarte. Că toate acestea vor rămâne pe pământ, iar noi petrecem în această lume ca oaspeţi, precum zice Apostolul Pavel: „Fraţilor, viaţa şi petrecerea noastră sunt în cer”, şi de aceea să ne grijim mai mult de suflet şi să avem pe Domnul Dumnezeu purtător de grijă întru nevoile noastre. Că nu ne lasă pe noi Dumnezeu, precum nu a lăsat pe sfinţii care şi-au pus nădejdea în El. De vom

vieţui în nădejdea lui Dumnezeu numai o zi şi ne vom sfârşi, mai bună se va vădi aceasta decât toţi ceilalţi ani pe care i-am petrecut rău. De vom opri mintea noastră de la cele deşarte, scăpăm şi de grijile cele lumeşti, care vin de la grija prea mare de trup şi de la draci. O minte avem. Deci să o punem înaintea lui Hristos şi să ne smerim înaintea lui Dumnezeu, lepădând toate cele pământeşti, să vieţuim ca o pasăre, căutând loc unde să petrecem, singuri sau cu fiii cei duhovniceşti, în lipsă de cele trupeşti şi răbdând de foame, de sete, de îmbrăcămintea cea de trebuinţă. Că sufletul, fiind în lipsă şi în nevoi, se smereşte, se umileşte şi se înalţă către Dumnezeu, aşteptând plata cea viitoare. Unde este îndestulare de toate şi sunt fraţi mulţi, acolo nu este cu putinţă a păzi mintea de tulburare, ci acolo unde sunt ascultarea, tăierea voii şi păzirea tuturor celor poruncite de egumen.

Despre ce se cade a face pentru ca mintea să se îndeletnicească neîncetat cu Dumnezeu

Răspuns: De nu va câştiga cineva aceste trei fapte bune, adică dragostea către Dumnezeu şi către aproapele, înfrânarea şi Rugăciunea lui Iisus, nu va putea petrece desăvârşit cu mintea la Dumnezeu, de vreme ce dragostea îmblânzeşte iuţimea, înfrânarea veştejeşte pofta, iar Rugăciunea lui Iisus depărtează gândurile rele de la om, răutatea şi înălţarea minţii. Iar tu linişteşte-te şi te roagă lui Dumnezeu, şi Dumnezeu te va înţelepţi întru toate şi-ţi va descoperi prin Duhul Sfânt cele de Sus şi cele de jos. Amin.

Părinte Preabunule, Fiule Preasfinte şi Duhule Sfinte, Treime Sfântă, Dumnezeule cel nedespărţit, miluieşte-mă pe mine, păcătosul!

Legătura tuturor faptelor bune stă în acestea patru:

A şedea în chilia sa, a câştiga rugăciunea neîncetată, a-şi înfrâna pântecele şi a-şi opri limba. Iar cel ce nu se va griji de acestea patru, acela sapă la temelia faptelor bune, are izvorul patimilor şi adâncul tulburării. Chilia călugărului este asemenea mormântului celui mort. Precum cel mort niciodată nu mişcă, aşa şi călugărul, şezând în chilia sa, niciodată nu greşeşte, pentru că nu aude, nu vede, nu vorbeşte, nu pipăie cele ce se fac în lume, ci are pe Dumnezeu în sine şi faptele cele bune.

Rugăciunea surpă toate gândurile. Căci atunci când sufletul se atinge de dulceaţa rugăciunii, urăşte viaţa aceasta, nici pofteşte dulceţile şi frumuseţile ei, şi pe sine se uită şi toate cele de pe pământ. Adevărata lucrare este Rugăciunea lui Iisus neîncetată. Iar când vom slăbi la rugăciune, să ne apucăm de lucrul mâinilor, ca să biruim somnul şi trândăvia, apoi iar să începem rugăciunea

şi privegherea, căutând cu ochii la icoană, iar cu mintea, Sus.

Înfrânarea pântecelui dă trupului putinţa să săvârşească fapte bune şi să zboare ca un vultur, aşa este de uşor şi de ager, pentru că este întărit cu rugăciunea şi cu postul. Iar înfrânarea limbii sloboade pe om de grăirea de rău, de întunecarea minţii, de vorba deşartă, de minciuni, de împietrirea inimii, de trândăvire, de slava deşartă, de arătarea nevoinţelor, de pierderea faptelor bune, de stricarea tăcerii şi de necinstea cea din multă vorbire.

Cel ce petrece întru înfrânare şi tăcere este înfricoşat dracilor, de vreme ce nu ştiu dracii tainele cele desăvârşite ale inimii, de nu va grăi omul cu buzele. Şi cel ce iubeşte multa vorbire nu va scăpa de păcat. De vei pune în cumpănă, de o parte, toate faptele cele duhovniceşti, şi tăcerea, de alta, apoi mai greu va atârna tăcerea. Vezi de câte bunătăţi este solitoare pustia cea de sihăstrie şi oprirea limbii de câte răutăţi este pierzătoare? Deci începutul şi sfârşitul vieţii duhovniceşti sunt a iubi multa rugăciune, tăcerea, trezvia, înfrânarea şi a nu umbla mintea nicăieri. Iar fără de acestea, îşi pierde omul vremea în zadar, căzând în somn, lene şi trândăvie.

Apoi se cade pustnicului să aibă credinţă fierbinte, nădejde neclintită şi răbdare; în scurt, să fie ferecat cu bărbăţia şi cu negrija de toate cele trecătoare. Iar dacă mintea este lăsată a umbla încoace şi încolo, adică în multe părţi, din această umblare i se răpeşte căldura inimii şi dulceaţa rugăciunii şi dormitează, pierzând vremea în deşert. Atunci mintea nu-şi mai aduce aminte de moarte, nici de bunătăţile cele viitoare; împreună cu mintea, dormitează şi sufletul, iar trupul se trândăveşte şi se osteneşte în deşert. Că fără trezvie şi fără Rugăciunea inimii, nu putem ajunge la desăvârşire. Iar din nedeşteptarea şi din neluarea-aminte a inimii se slăbeşte trupul şi este biruit de patimi, pătimind de la draci.

De pătimeşte cineva rele cu trupul, acela să ştie că mintea, sufletul şi trupul îi sunt în dormitare. Iar de va petrece cineva întru cele de-a dreapta, adică în lucrarea inimii, în păzirea minţii de lucrurile cele spurcate, îşi apără şi mintea împreună cu inima. Apoi şi puterile cele sfinte intră în el şi acolo petrec. Iar dacă petrece cineva în cele de-a stânga, adică în nepăzirea celor spuse mai sus, unul ca acela cade în stăpânirea satanei, după cum zic mulţi dintre Sfinţii Părinţi.

De se va înfrâna omul de la toate cele ce aţâţă trupul şi va şedea în chilia sa fără tulburare, va câştiga mare dar de la Dumnezeu şi întărire, dragoste către El şi rugăciune, va fugi de oameni şi va cunoaşte liniştea pustiei şi folosul sihăstriei.

Cum se cade a ne îngriji de cele trebuincioase, a nu ne lăsa ispitiţi de ele, ci a ne ruga pentru ele lui Dumnezeu

Caută şi ia aminte la tine, o, călugăre, pentru ispitirea şi meşteşugirea viclenilor draci şi-ţi păzeşte mintea! Că, dacă văd viclenii draci că omul petrece bine şi face rugăciuni cu multe lacrimi, atunci îi aduc aminte de oarecare lucru din chilia lui, zicându-i: „Acest lucru este de trebuinţă; fă-l astăzi!"; sau: „Cercetează pe fraţi!"; sau: „Du-te în cutare loc!"; sau: „Fă mâncare!". Şi în tot chipul îl pleacă pe el, ca să nu-l lase să se îndeletnicească cu cele către Dumnezeu şi să se satureze de lacrimi şi de plângere. Iar tu, nevoitorule către această viaţă şi ostaşule al lui Hristos, să cunoşti înşelăciunea viclenilor draci. Că, precum nu este cu putinţă a privi deodată cu un ochi la cer şi cu unul la pământ, tot aşa nu este cu putinţă a lucra în aceeaşi măsură şi pentru suflet, şi pentru trup. Că nu este cu putinţă ca un izvor să scoată apă şi dulce, şi amară. Nici nu este cu putinţă a sluji lui Dumnezeu şi a fi şi cu grijă pentru trup. Socoteşte că niciun lucru nu va fi al tău în veci, că în puţină vreme le laşi pe toate. De aceea şi Sfinţii Părinţi se grijeau pentru ziua de azi, iar ziua de mâine o lăsau în voia lui Dumnezeu, ca El să se grijească de toate, de suflet şi de trup, şi de toată trebuinţa lor. Iar ei se îndeletniceau şi se nevoiau către El, strigând ziua şi noaptea, neîncetat.

De ne vom griji însă singuri de noi, Dumnezeu nu se mai grijeşte. De vom răsplăti răul cu rău, de ne vom izbăvi de suferinţe sau de alte nevoi, Dumnezeu nu se mai grijeşte de noi. Dar de ne vom îndeletnici cu Rugăciunea şi vom lăsa grija de trup, atunci ne vine ajutorul de la Dumnezeu şi aducerea-aminte de moarte şi de venirea lui Hristos la Judecata cea dreaptă, se aprinde căldura inimii, se curăţă şi se luminează mintea, iar sufletul petrece în umilinţă şi în frica de Dumnezeu. Dar de vom petrece numai cu lucrul mâinilor şi cu alte griji, atunci ne răcim cu totul în dragostea lui Dumnezeu şi înspre cele duhovniceşti şi se depărtează de la noi frica de Dumnezeu. Deci se cade a ne pune nădejdea spre Dumnezeu, ca El să se grijească de viaţa noastră, şi va fi după cuvântul Apostolului: „Că, dacă trăim, pentru Domnul trăim; şi, dacă murim, pentru Domnul murim. Deci, şi dacă trăim, şi dacă murim, ai Domnului suntem" (Rom 14, 28).

De vom vieţui întru nădejdea lui Dumnezeu, va fi precum Însuşi zice: „Cel ce crede întru Mine, de va muri, viu va fi. Şi tot cel ce este viu şi crede în Mine nu va muri în veci" (Mt 10, 39). Căci grija prea mare de trup şi de cele trecătoare ne desparte pe

noi de Dumnezeu şi de faptele cele bune. Şi, dacă se depărtează Dumnezeu de la noi, atunci, dacă vieţuim, întru păcat vieţuim, şi de murim, murim întru muncile cele veşnice. Deci să fim cu mare băgare de seamă, ca să nu ne lipsim de bunătăţile viitoare pentru o scurtă veselie din lucrurile cele pământeşti! Ci să stăm tari, ca şi Părinţii cei Sfinţi, că ne-am lepădat de cele pământeşti şi de cugetarea cea lumească, ca să ne apropiem de Domnul.

O, călugăre! Trebuie să ai o viaţă ca a păsărilor, socotind că toate cele din lume sunt trecătoare şi au sfârşit. Nici buna norocire a lumii acesteia, nici odihna trupească, nici mărirea deşartă, nici banii sau altceva nu sunt decât cum zice Solomon: „Deşertăciunea deşertăciunilor, toate sunt deşertăciuni”. Omule! Să-ţi spun un cuvânt de folos: nimic nu este omului mai scump decât sufletul. Iar trupul trebuie să-l avem ca pe un străin, că acesta moare şi putrezeşte, iar sufletul este nestricăcios şi fără de moarte. Cel ce s-a aruncat pe sine lui Dumnezeu nu se îngrijeşte de trup, nici nu strânge averi sau avuţie pentru timpuri grele, ci nădăjduieşte spre Dumnezeu, Care poate să ne scoată pe noi din necaz şi să ne mântuiască.

Cel ce nu-şi pune toată nădejdea în Dumnezeu, silindu-se a face poruncile Legii, nu poate să se mântuiască. Că în lumea aceasta nici odihna, nici necazurile, nici chinurile nu sunt fără sfârşit, ci toate au sfârşit. Iar cel ce rabdă toate acestea puţin câte puţin se va veseli după ieşirea sufletului din trup. Dacă vom fi lipsiţi de cele trupeşti, să strigăm cu Psalmistul, zicând: „Fie, Doamne, mila Ta spre noi, precum am nădăjduit întru Tine!” Şi iarăşi: „Precum va vrea Dumnezeu, aşa să facă cu noi”. Astfel se va ruşina potrivnicul de noi şi-l vom birui.

Ci noi, în toate zilele, să aşteptăm sfârşitul şi venirea lui Hristos, zicând: „Acum bine să ne nevoim pentru suflet, că diseară, la noapte, sau mâine vom muri; că fără de veste vine peste noi duşmanul cel de pe urmă, care este moartea, şi ne va tăia firul vieţii”. În acest fel gândeşte în fiecare zi şi nu te întrista de nimic altceva, decât de păcatele pe care le-ai făcut, şi aşa sufletul îţi va veni întru smerenie şi plângere şi se va socoti ca un fir de iarbă şi va slobozi din ochi izvor de lacrimi.

Şi toate cele trebuincioase trupului să-ţi fie din cele proaste, şi nu din cele bune. Chiar dacă ai avea cu ce să cumperi mai bune, tot de cele proaste să te slujeşti, ca să-ţi smereşti trupul şi sufletul şi ca, în felul acesta, să nu te depărteze de Dumnezeu.

Toate să le faci în aşa fel ca să nu te mustre conştiinţa, ci să fie împăcată. Că cel ce nu va urî toate lucrurile acestei lumi, mărirea şi odihna trupului, nu poate să se mântuiască. O, omule! Ia aminte de sufletul tău, că numai unul ai şi numai o viaţă pe

pământ! Sfârşitul vieţii tale este neaşteptat şi cu anevoie trecerea prin văzduh, că este plin de vrăjmaşi. Că atunci nu are cine să ne ajute, decât faptele bune pe care le-am făcut: rugăciunile, milosteniile şi celelalte. Deci se cuvine a petrece în mare nevoinţă în fiecare zi şi a lua aminte de mântuirea sufletului. Iar pentru cele trupeşti, să ne grijim numai pentru cele de mare trebuinţă, iar pe celelalte să le aruncăm spre Domnul, după cuvântul care zice: „Aruncă spre Domnul grija ta, şi El te va hrăni”.

Adu-ţi aminte, ticăloase, că sfinţii au lăsat toate cele lumeşti, şi grijile, şi trebuinţele, şi se grijeau numai de rugăciune, de trezvie şi priveghere. Iar Dumnezeu, văzând râvna lor la cele duhovniceşti, împlinea şi pe cele trupeşti, trimiţându-le ajutor de Sus pe îngeri, de le împlineau trebuinţele şi lipsurile. O, omule! Adu-ţi aminte de ceasul morţii şi de munca veşnică! Adu-ţi aminte de viaţa veşnică şi de frumuseţea şi slava pe care le-a gătit Dumnezeu celor ce-L iubesc pe Dânsul. Adu-ţi aminte de păcatele pe care le-ai făcut şi plângi cu lacrimi, ca să te ierte Dumnezeu, că fără de veste vine sfârşitul vieţii şi vom căuta vremea pe care am pierdut-o rău, şi nu o vom mai găsi.

Drept aceea, cunoaşte înşelăciunea lumii şi a viclenilor draci şi păzeşte-ţi mintea de cele deşarte şi de gândurile rele! Că tot lucrul lumii acesteia piere, cum piere băşica de spumă, şi nu poţi sluji şi lui Dumnezeu, şi lui Mamona.

Viclenii draci ne îndeamnă la cele rele, ne întunecă mintea, ne fură vremea în fiecare zi şi ne silesc să ne slujim de lucrurile cele putrede şi să lăsăm pe Dumnezeu şi sufletul nostru, aducându-ne în minte astfel de gânduri: „Acest lucru este de foarte mare trebuinţă, cutare lucru fă-l acum, chiar dacă nu este de nevoie”. O, omule! Ia aminte la acestea şi vei fi fericit. Să nu zici: „Nu pot întotdeauna să mă rog, că îmi slăbeşte trupul”, că aceea nu se cheamă rugăciune, care se face numai la anumite timpuri. Ci Rugăciunea este cea pe care o zici întotdeauna, adică ziua, seara şi dimineaţa, la amiază şi în toate ceasurile, lucrând, mâncând, bând, culcându-te şi sculându-te, şi anume: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluieşte-mă pe mine, păcătosul!”. Nu aştepta anul, luna sau duminica, sau loc deosebit, că nu în locuri sau în vremi se cuprinde Dumnezeirea. Ci în minte se cuprinde Dumnezeirea şi în tot locul stăpânirii Lui, binecuvântează, suflete al meu, pe Domnul!

Cum se păzeşte trezvia minţii şi cum intră somnul şi răceala în cuget; cum creşte sau se stinge sfânta căldură din suflet; cum moare dorirea cea dumnezeiască de cele duhovniceşti şi cereşti

Răspuns: Îngrădeşte-ţi cugetul cel treaz şi râvna aprinsă de a-

ţi întări în fiecare ceas sufletul slăbit cu bărbăţia şi cu răbdarea. Căci râvna topeşte dormitarea, lenevirea, greutatea, slăbiciunea şi trândăvia, şi ne aprinde şi petrece cu noi, îndemnându-ne la fapte bune. Deci se cade a lăsa obişnuitele metanii şi a lucra cu mâinile, ca să nu te leneveşti. Iar când stai la rugăciune, să stai într-un loc răcoros, pentru a fi mai treaz, fie de ai trup sănătos, fie bolnav. Că în chilia călduroasă îţi vin dormitarea şi celelalte care biruiesc trupul. Că nimic nu căzneşte mai mult pe pustnicii ce vieţuiesc singuri ca dormitarea şi celelalte.

Din tulburare se naşte multa vorbire, din multa vorbire se naşte şederea, din şedere se naşte lenevirea, din lenevire, trândăvia, din trândăvie se naşte somnul, iar din somn se naşte golirea, adică dezbrăcarea de faptele cele bune.

Despre somn. Cum că se cade a se lupta cu somnul cel ce vrea să se nevoiască pentru Dumnezeu în viaţa călugărească

În pustie şi în viaţa singuratică sunt şase războaie foarte cumplite: lenevirea, trândăvia, somnul, deznădejdea, îngreuierea trupului şi înfricoşarea. Din pricina acestor şase războaie opresc Sfinţii Părinţi pe monah să vieţuiască singur. Somnul este cel mai cumplit, că de la el se pornesc trândăvia şi celelalte. Iar îngreuierea trupului şi înfricoşarea luptă puţină vreme. Însă după mult somn vine deznădejdea de mântuire şi gândul că în deşert te osteneşti, fiind biruit de somn. Mare ispită este, fraţilor, somnul cel mult. Că, precum negura acoperă soarele, aşa şi somnul cel mult acoperă puterea cea văzătoare a minţii, aducând uitare, ca şi cum ar acoperi-o. Că mintea este nesimţitoare. Iar dormitând străjerul, adică mintea, vin asupră-i tâlharii; că, fiind mintea fără simţire, toate se fac întunecate şi pătimaşe. Pentru aceasta dracii acoperă mintea cu somnul şi cu dormitarea, ca să poată jefui sufletul de faptele cele bune şi să pună în el patima. Că toată nevoinţa dracilor este ca să depărteze mintea noastră de la Dumnezeu şi de la nevoinţa cea bună şi să o ţină întru cele deşarte ale veacului acestuia. Somnul este unul, dar are multe pricini: din fire, din mâncare şi băutură multă, din umblarea minţii şi a cugetului, din gâlcevi, din tulburări de la draci, din trândăvire, din postirea cea multă şi din deprindere. Puţin dormi, puţin cere şi firea; mult dormi, mult cere şi firea. Întotdeauna, cel ce doarme mult are viaţa ticăloasă, mintea întunecată şi sufletul deşert de toate faptele bune. Somnul se poate birui prin multa rugăciune, prin trezvie, priveghere şi înfrânare, prin trezvia neîncetată a minţii şi Rugăciunea lui Iisus şi prin râvna cea fierbinte. Că, silindu-ţi sufletul prin răbdare, necazuri, aducerea-aminte de moarte, şi la culcare, şi la sculare, atunci trupul, chiar fără voie, va

urma sufletul. Împotriva somnului poţi lupta cu cele patru fapte bune, şi anume: înfrânarea, trezvia, Rugăciunea lui Iisus şi aducerea-aminte de moarte. Pe ele să le chemi în ajutor; iar fără de acestea, casa sufletului este robită de somn şi de risipirea minţii. Că cel flămând nu poate dormi în pat toată noaptea, nici nu se poate întuneca cu somnul cel cu mintea luminată, nici nu va zăbovi, având dulceaţa Rugăciunii, nici nu se va lenevi aducându-şi aminte de punerea în mormânt.

Deci să ne trezvim, să avem rugăciune, înfrânare şi aducere-aminte de moarte şi va pieri somnul. Iar când vei sta la rugăciune şi vei slăbi, atunci să şezi pe scaun în mijlocul chiliei, nerezemându-te de nimic. Iar când te vei deştepta, să te scoli degrabă şi să începi citirea. Iar dacă nu poţi citi, roagă-te şi începe lucrul mâinilor, că vei birui. Pentru că au obiceiul dracii să ne silească să şedem, ca prin şedere să ne aducă somn greu, apoi să ne jefuiască sufletul de faptele bune, întunecându-ne şi mintea cu întunecare mare. Iar tu, iubite nevoitorule, nu-i asculta pe ei, ci citeşte, roagă-te, lucrează cu mâinile, ca să ieşi biruitor.

De mare trebuinţă este a lupta împotriva somnului, ca să nu cădem din har. Deci, după pravila obişnuită, este de mare folos a face şi alte rugăciuni, cu multă silinţă, iar nu cu lenevire, a lucra cu mâinile, a cugeta cele bune. Că de ne lăsăm copleşiţi de somn, atunci şi îngerul Domnului se depărtează de la noi şi ne lasă pe mâinile potrivnicilor vrăjmaşi, care ne ţin în somn mult, aducându-ne năluciri şi vise.

Ci tu, deşteptându-te din somn, scoală-te degrabă, ca din foc, ca de spaima unui şarpe cumplit, sau ca de frica unui leu ce răcneşte vrând să te înghită. Că nu se cade celui ce vieţuieşte singur să doarmă mult, şi mai ales la sfârşitul zilei sau la sfârşitul nopţii. Căci la sfârşitul zilei se duce îngerul nostru păzitor să se închine lui Dumnezeu, dând răspuns pentru faptele noastre, precum scrie oarecare dintre Sfinţii Părinţi. Nici pentru cei ce vor să doarmă la sfârşitul zorilor nu e bine, că şi pasărea care doarme la revărsatul zorilor nu poate să zboare, precum zic unii.

Că vrăjmaşul ne sileşte să ne odihnim puţin, iar după aceea, vrând noi să ne sculăm, el ne aduce lenevirea şi noi adormim şi ne-am prins în cursa lui. Dacă dormim şi când se cuvine, şi când nu se cuvine, nu facem bine, că somnul mult nu e bun, ci pricinuitor de slăbire a trupului, a minţii şi a sufletului. Păzeşte-te şi nu dormi în chilia unde este prea cald sau prea rece; pentru că la căldură se înmoaie şi trupul, şi sufletul, iar la răceală se tulbură trupul şi nu poate săvârşi cele bune. Iar măsura somnului aceasta este: într-o zi şi într-o noapte, începătorii să doarmă şapte ore, cei de mijloc, patru ore, iar cei sporiţi, două ore. Şi se cade a priveghea ziua şi

noaptea, pentru a nu cădea în ispită.

Când omul voieşte să se scoale din somn, dracii îi dau dureri, ameţeli, întunecare de minte, ca să se culce iară şi să nu iasă puţin la vânt şi la aer, pentru a se înviora şi a fi vesel toată ziua şi a începe nevoinţa cu mare râvnă.

Dar este cu neputinţă să fie cineva singur şi să biruiască somnul. Pentru aceasta îi trebuie frica de Dumnezeu, că mulţi sfinţi, şezând puţin, dormitau, iar alţii, stând la rugăciune, numai ochii îi închideau puţin, iar tu voieşti a birui somnul dormitând? Când suntem împreună cu fraţii la priveghere, ne îmbărbătăm, că ne este ruşine, dar când suntem osebiţi, atunci nici pravila nu o facem şi suntem biruiţi; nici lucruri duhovniceşti nu facem, nici frica lui Dumnezeu nu este cu noi. Sfinţii Părinţi atât se nevoiau, că la pământ cădeau de multa osteneală. Un oarecare dintre Părinţi punea o lumânare şi lega de ea o sfoară cu o piatră; când se sfârşea lumânarea, ardea şi sfoara, iar piatra cădea şi lovea într-un vas de aramă şi-l deştepta. Alţii aveau patul foarte îngust şi, când se întorceau, cădeau pe jos. Unii ţineau o piatră în mână, şi, când piatra cădea, îi deştepta; şi toate acestea, pentru că aveau bărbăţie şi răbdare. Drept aceea, dar, trebuie să ne îmbărbăteze şi să ne întărească Domnul Dumnezeu, Căruia I se cuvine slava în vecii vecilor. Amin.

Despre cum se cade a ne ruga cu mare luare-aminte, cu psalmi şi rugăciuni

Omule! Lucrează şi te roagă cu luare-aminte, cu psalmi şi cu rugăciuni călduroase, cu sârguinţă, cu plecate închinăciuni. Iar rugăciunea să nu o zici numai din buze, ci împreunând pe cele trei, adică: sufletul, trupul şi mintea. Că de te vei osteni fără rost, nici plată nu vei avea, nici încununare, după cuvântul care zice: „Cel ce se luptă după lege, acela se încununează” (Rom 2, 13).

Cine nu se roagă cum se cuvine nu are plată de la Dumnezeu, fiindcă rugăciunea făcută cu răceală mânie pe Dumnezeu. Deci nu se cade a ne ruga prosteşte, socotind ca o datorie sau din obişnuinţă, ci se cade a ne ruga cu umilinţă şi cu căldură. Lui Dumnezeu nu-i trebuie numărătoarea psalmilor şi a rugăciunilor, adică câţi psalmi ai citit şi câte rugăciuni ai făcut, ci Dumnezeu ia aminte numai la mintea noastră cea netulburată şi neclătinată. Că mulţi săvârşesc cu gura mii de rugăciuni, iar mintea o au la cele deşarte.

Apoi cum să îmblânzească pe Dumnezeu cel care el însuşi nu ştie ce zice? Omule! Nu cere Dumnezeu de la noi rugăciuni lungi şi rare, ci cere rugăciuni dese şi scurte, făcute cu frică, cu dragoste, cu umilinţă şi cu dreaptă socoteală, precum a poruncit îngerul

Domnului marelui Pahomie: „Şi toată silinţa ta să fie nu în câte rugăciuni să faci, ci pentru socotirea cea adâncă şi pentru luare-aminte, ca să fie primite toate la câte vei spori”. Că cele mici nu sunt de tot mici, nici cele mari, de tot mari sau desăvârşite. Însă ţine-ţi şi câştigă-ţi postul şi frica lui Dumnezeu şi te îmbracă cu chipul cel de plângere şi de întristare.

Adică stai la rugăciune ca şi cum ai sta înaintea scaunului de judecată al lui Dumnezeu. Aşa, cu frică şi cu cutremur, socotindu-te că eşti pământ şi cenuşă şi că înaintea lui Dumnezeu eşti ca o furnică, ca un păianjen, ca un vierme. Stai la rugăciune cu picioarele drepte, cu gleznele lipite, cu mâinile la piept, precum cineva osândit la moarte stă înaintea celui ce-l judecă.

Aşa se cade a sta înaintea lui Dumnezeu, că şi îngerii stau cu frică şi cu cutremur, pentru că ochiul lui Dumnezeu cel neadormit vede ce facem, ce gândim şi cum vieţuim, ziua şi noaptea, şi spre cine ne punem nădejdea în toate chinurile şi nevoile noastre. Că mare este Stăpânul nostru cel drept, Domnul nostru Iisus Hristos, Fiul lui Dumnezeu şi Dumnezeu adevărat, şi poate a ne izbăvi pe noi de toate nevoile. Smereşte-te şi te socoteşte mai prost decât toată făptura, iar lucrul tău totdeauna să-l socoteşti dacă va fi plăcut lui Dumnezeu. Luptă-te împotriva înălţării minţii şi a hulei şi ne va ajuta nouă Dumnezeu, după năzuinţa şi nădejdea noastră, întru toate nevoile, cu atât mai mult dacă vom păzi cele poruncite de El.

Despre întunecimea şi tulburarea cea drăcească

În vremea întunecimii şi tulburării minţii, care se face îndeosebi celui ce vieţuieşte singur, este de folos Rugăciunea cea neîncetată sau lucrarea cu mâinile împreună cu rugăciunea, sau a se culca în vremea ispitei şi a nu cugeta mult cu mintea, nici a se întrista, şi a se feri de cele vătămătoare. Iar în vremea tulburării celei iuţi a vrăjmaşului, când se spăimântează sufletul, atunci trebuie să se zică psalmi şi rugăciuni întru auzire.

Rugăciunea să fie unită cu lucrul mâinilor, ca mintea să fie pironită la rugăciune şi la lucru, şi a nu se teme, căci „cu noi este Dumnezeu”, iar îngerul nostru păzitor nu se depărtează de la noi niciodată, iar dracii se vor risipi de la noi, cu toate că foarte se oştesc ei asupra Rugăciunii lui Iisus, care îi necăjeşte şi îi întristează şi care le este foarte înfricoşătoare. Că precum arde focul spinii, aşa şi Rugăciunea lui Iisus, unită cu postul, arde pe draci. Pentru aceasta se nevoiesc ei ca s-o ia de la noi şi, dacă nu pot, pier ca fulgerul. Dar de te vei găti spre Rugăciune, trebuie să rabzi războiul cel tare al dracilor, că vor veni asupra ta ca nişte fiare sălbatice şi-ţi vor săgeta tot trupul.

Şi multă tulburare fac dracii celui ce priveghează şi se sileşte la rugăciune, de vreme ce văd că această armă a rugăciunii sfărâmă puterea lor şi se tem şi se cutremură.

Domnul Dumnezeu să ne păzească pe noi cu harul Său! Amin.

Cum că se cade a răbda cele ce ne vin şi toate necazurile pentru Dumnezeu

Păzeşte-te şi ia aminte de tine, o, suflete al meu, că, iată, acum a venit vremea cea mai de pe urmă şi îţi trebuie nevoinţa cea aleasă şi răbdarea necazurilor de la oameni şi de la draci, iar în pustie, de la vrăjmaşii cei nevăzuţi. Că nimeni nu a luat vreodată cununa vieţii fără pătimire şi fără să biruiască pe vrăjmaşul său; că cel ce biruieşte, acela se încununează. Aşa şi tu, suflete al meu, dator eşti a te întări să rabzi toată necinstea şi asupreala şi ocara cu bucurie, chiar dacă nu eşti vinovat, cerând şi iertăciune. Pentru că toată nevoia, necazul, defăimarea, necinstea, ocara, urgisirea şi asuprirea aduc omului desăvârşirea şi darul cel bun. Iar dacă nu rabdă cineva toate acestea, nu poate ajunge la desăvârşire şi să se mântuiască. Cei pătimaşi nu pot răbda toate nevoile, nici nu primesc de la Dumnezeu dar, ci numai cei desăvârşiţi primesc darul. Diavolul însă, dacă vede că nu poate să ne împiedice de la faptele bune, ridică asupra noastră mari necazuri şi oameni răi, ca astfel să ne biruiască, dar de vom răbda toate cu bucurie, îl vom birui noi şi vom câştiga Împărăţia Cerurilor.

Adu-ţi aminte, suflete al meu, de răbdarea sfinţilor celor din veac, pe care nici să-i vadă nu era lumea vrednică. Dar tu, suflete al meu, cui urmezi şi cum vrei să te mântuieşti, dacă nu rabzi ca ei? Că nu este lucru mic a răbda cu bucurie pentru Dumnezeu toate necazurile, că aceasta este smerenia şi dragostea: a răbda caznele care vin de la vrăjmaşul, fiindcă mulţi s-au mântuit numai cu lucrul acesta. Mare lucru este a fi nebun pentru Hristos, pentru că aceasta cuprinde toate faptele bune. Că cel nebun pentru Domnul nimic nu are din cele ce sunt în lume, ci numai răbdare îşi agoniseşte. Cu răbdarea toate chinurile se biruiesc, suflete al meu, iar fără răbdare nu te poţi mântui.

Omule! Nu fi sârguincios în cele lumeşti şi nefolositoare! Socoteşte-te pe tine ca un nebun pentru Dumnezeu. Că scris este: „Cel ce vrea să fie înţelept şi priceput în această lume va fi nebun înaintea lui Dumnezeu”. Pentru că Solomon, ocărându-se pe sine pentru multa înţelepciune, a numit-o „deşertăciune”, dar a fericit, zicând: „Fericit este omul ce câştigă frica de Dumnezeu, smerenia şi dragostea de Dumnezeu”, adică Rugăciunea neîncetată. Acesta a câştigat înţelepciunea lumii acesteia şi bogăţia, dar pe noi nu ne mântuieşte credinţa fără fapte bune, şi nici dreptatea fără

suferinţă.

Să luăm aminte de noi înşine şi să suspinăm pentru sufletul nostru; şi, de ne vom mântui, destul ne este nouă. Dar de vom mântui pe alţii, iar pe noi ne vom pierde, ce folos ne este nouă? Că nu avem a da răspuns pentru alţii, ci pentru noi. Iar cei cărora li s-a dat să aibă stăpânire peste alţii, aceia vor da seama de turma pe care au păscut-o şi de cum au păscut-o. De aceea, sfinţii fugeau de a stăpâni pe alţii, pentru smerenie şi pentru greutate, şi se îngrijeau de sine.

Cu cât ni se dă nouă stăpânire peste alţii, cu atât ni se cade a fugi de ea, fiind noi slabi şi pătimaşi. Iar de nu vom fugi, ne vătămăm şi pe noi, şi pe cei pe care-i conducem. Că unii nu primesc învăţătura cea bună, ci îşi bat joc de cei ce îi învaţă şi de cei ce se nevoiesc. Şi, apucându-se ei să înveţe pe alţii, s-au vătămat pe ei înşişi; că, negrijindu-se de păcatele lor, s-au apucat a îndrepta pe alţii.

A te mântui înseamnă a răbda cu bucurie toate ispitele pentru Dumnezeu şi a te face ca un surd ce nu aude şi ca un mut ce nu-şi deschide gura sa. De vei fi întrebat de cineva cu certare, să nu pui pricină şi să nu te îndreptăţeşti, ci zi cu smerenie: „Iartă-mă, pentru Dumnezeu!”; şi apoi să taci. Că Domnul nostru Iisus Hristos ne-a arătat cu pildă chipul smereniei, precum este scris: „Ca un miel spre junghiere S-a dus şi ca o oaie fără de glas înaintea celor ce o tund, aşa nu Şi-a deschis gura Sa. Întru smerenia Lui judecata Lui s-a ridicat şi neamul Lui cine îl va spune?” Aşa trebuie să fii, o, omule, şi aşa să urmezi Ziditorului tău. Să fii ca şi cum n-ai avea gură şi limbă, ochi şi urechi, ci numai zi: „Iartă!”, gândind întru tine că eşti vrednic de tot chinul. Chiar de ai fi ocărât de toată lumea şi batjocorit şi bătut, zi în sinea ta: „Ce-ţi este ţie şi oamenilor, o, spurcate?” şi să nu ţi se pară că pătimeşti vreun rău de la fratele tău.

Nicio răutate nu vine asupra noastră fără voia lui Dumnezeu. Întru toate, pe tine te ocărăşte, iar nu pe fratele tău. Şi alege-ţi acest fel de aşezământ, socotindu-te cel mai de pe urmă, că eşti pământ şi în pământ te vei întoarce. Trei cuvinte să-ţi câştigi ţie totdeauna, zicând: „Iartă şi binecuvântează, şi te roagă pentru mine, păcătosull”. Învaţă-te a vorbi de bine pe toţi oamenii, iar pe tine te ocărăşte, că aceasta este marea smerenie care ridică sufletul. Că a vorbi de bine pe toţi şi a te smeri este mare tărie şi biruinţă împotriva patimilor sufleteşti şi armă asupra diavolului. Iar Domnul Dumnezeu să ne întărească şi pe noi a răbda asuprelile.

Se cade a răbda încercările pentru Dumnezeu

Nu se cade celui ce vrea să se mântuiască a se teme şi a căuta spre caznele cele foarte cumplite care vin de la draci sau de la oameni, de vreme ce în viaţa omenească s-a deprins a trece prin acestea, ci să se schimbe de la răutăţi spre cele bune, fericite şi spre dragoste.

Nu trebuie să se teamă sau să fugă omul de încercări, că cel ce fuge de încercări cade în ele, şi, umblând din loc în loc, nu va afla odihnă, nici nu va dobândi loc şi vreme de folos în toate zilele vieţii sale. Că se cade a nădăjdui şi a căuta mila lui Dumnezeu şi a-şi aduce aminte de cele din veac preaslăvite minuni şi de ajutorul dat plăcuţilor Săi, care au nădăjduit spre Dânsul. Că nu lasă Dumnezeu să fie ispitiţi mai presus de puterile lor pe plăcuţii Lui, pe cei ce rabdă necazurile pentru El şi pentru plata bunătăţilor celor ce vor să fie. Că prin multe suferinţe ni se cade nouă a intra întru Împărăţia Cerurilor.

De vom răbda, nu vom greşi şi vom dobândi mila lui Dumnezeu, şi nu ne vom pierde vremea vieţii în zadar, nici nu vom greşi, uitând toate necazurile care ne vin de la draci ori de la oameni. De niciun lucru să nu ne întristăm, ca să nu treacă în zadar vremea de acum, fără de nevoinţa cea duhovnicească şi fără de rugăciune.

Când ne vine vreo încercare, să ne silim spre Dumnezeu cu rugăciune şi nevoinţă, că acestea se fac cu purtarea de grijă a Domnului. De aceea să iubim calea cea strâmtă, cu osteneli şi cu nevoinţe, pentru a câştiga viaţa veşnică. Că se cade celui nevoitor, rob al lui Dumnezeu, să fie tare şi să aibă inima sa întru toate necazurile ca o piatră tare, iar nu ca apa cea moale. Că viaţa aceasta este ca o roată ce nu stă şi nu se aşază.

Uneori, se întâmplă omului petrecere bună şi cinste în puţină vreme, dar să nu ne lipim de acestea. Iar după scurt timp ni se întâmplă necazuri, dar să nu ne întristăm, că darul lui Dumnezeu este cu noi, precum socoteşte Dumnezeu cu darul Său, să ne pedepsească sau să ne miluiască pe noi.

De voieşti să nu ai mânie asupra celui ce te-a necăjit, roagă-te lui Dumnezeu cu dinadinsul pentru acela, din toată inima, şi dă-i lui vreun mic dar sau vreo mâncare oarecare. Sau mergi tu singur la cel ce te-a necăjit şi cere-i iertăciune, arătând mai multă dragoste către el. Iar când îl vezi supărat, fă-i închinăciune până la pământ şi vorbeşte-l de bine către toţi, zicând: „Cutare frate îmi voieşte binele şi mântuirea”.

Că nimic nu-l aduce pe acela întru umilinţă şi întru supunere, ca vorbirea de bine din partea celui pe care l-a nedreptăţit. Cumplit lucru este acesta, ca şi cei duhovniceşti să ajungă să-l nedreptăţească pe aproapele, iar acela să nu se mânie şi să nu ţină

minte răul.

Cu adevărat nevoitor şi desăvârşit este acesta, mai mult decât cel ce se osteneşte pentru sine, că acela mântuieşte şi pe aproapele lui. Cel ce este supărat de fratele său şi merge la el să se împace, să-i ceară iertare şi-l vorbeşte de bine faţă de toţi, acela este desăvârşit. Dar trebuie să ia bine seama, să nu facă deosebire între cel sărac şi cel bogat, între cel neputincios şi cel tare, între cel păcătos şi cel drept, între cel străin şi cel de aproape, între cel ce ocărăşte pe fraţi şi cel ce are dragoste. Că de face deosebire, nu are dragoste deplină, ci în parte, fiindcă dragostea desăvârşită îi are pe toţi deopotrivă. Această dragoste stă împreună cu îndurarea şi este năvod al faptelor bune, căci toate poruncile lui Dumnezeu le-a cuprins şi le ţine întru sine.

Să nu zici: „Dar cine poate să păzească toate poruncile lui Dumnezeu?”. Că cel ce a păzit dragostea şi a săvârşit-o, acela a împlinit toate poruncile. Pentru aceasta nu ajungem la desăvârşire şi ne lipsim de har, pentru că nu împlinim poruncile desăvârşit, adică cum trebuie. Au nu s-a descoperit celui ce s-a culcat pe pieptul Domnului, zicând: „Cel ce va birui lumea va lua cununa vieţii”? Iar *lume* numeşte gândirea cea lumească şi patimile. A birui lumea înseamnă a birui toată răutatea prin răbdare, a pătimi, a schimba obiceiul şi voia din viaţa lumească şi iubirea de lume la viaţa cea duhovnicească, a nu face nicio răutate şi a păzi poruncile lui Dumnezeu.

Că jertfa lui Dumnezeu sunt faptele bune, inima înfrântă şi smerită şi sufletul cel umilit, în timp ce patimile omeneşti sunt jertfa dracilor. Omul a fost făcut fără patimi, iar patimile sunt din voinţa omului, de va vrea să le facă sau să nu le facă. Ci pe noi păzeşte-ne, Dumnezeule, de patimi!

Despre multele feluri de războaie ale vrăjmaşului.

A nu primi nicidecum începutul bântuielii gândului şi a toată pofta

O, călugăre, ia aminte la tine cu înţelegere şi cu minte dreaptă, când vin dracii, şi în ce chip te vânează, şi de ce arme sunt ei biruiţi. Păzeşte-te cu mare ferire, de vreme ce umbli în fiecare ceas prin mijlocul patimilor şi laţurilor, care te înconjoară din toate părţile. În toate părţile sunt curse, nu cumva să fii prins de vrăjmaşul în patimi şi să faci voile lui. Multă nevoinţă trebuie celui ce poartă trup, ca să lupte cu cei fără de trup, că se luptă unul cu o mie; multă nevoinţă, multă ferire, multă răbdare, mulţi ochi, de vreme ce diavolul umblă răcnind ca un leu, căutând pe cine să înghită. „Şi, de nu ar fi fost Domnul cu noi, puţin de nu s-ar fi sălăşluit în iad sufletul nostru.” Că diavolul vânează pe om de

mai mult de şapte mii de ani. Nici nu mănâncă, nici nu bea, nici nu doarme, nici nu se odihneşte, ci totdeauna caută pierzarea noastră. Cu multe vicleşuguri şi cu multă silinţă caută să ne vâneze vicleanul, şi, de nu poate cu un meşteşug, foloseşte altul. Unde vede uşile deschise, intră şi începe lupta. Că mulţi sunt cei ce ne războiesc, unul într-un fel, altul în alt fel, căutând să ne înghită. Şi, de ne hrănim bine, de dormim mult, de bem, de ne desfătăm, nu vom putea scăpa de laţurile lor, nici nu ne vom putea mântui fără osteneală. Să ştim că la luptă am venit.

Iar dacă suntem ostaşi ai Împăratului ceresc, trebuie să ne luptăm pentru a fi vrednici părtaşi ai Lui. Să lepădăm de la noi lipirea de cele pământeşti, tulburarea, negrija de suflet, pofta de muieri şi tot ce aduce vătămare nu numai sufletului, ci şi trupului. Să ne nevoim în rugăciune, să ne silim la fapte bune, să avem inimă curată, minte luminată, răbdare şi să mergem pe urmele Sfinţilor Părinţi. Că viclenii draci se silesc asupra noastră neîncetat; ca nişte străjeri iau aminte la nevoinţa noastră, socotind ce gândim noi faţă de dânşii, ce iubim şi la ce ne silim. Iar cunoscând patima noastră, la aceea ne silesc pe noi.

Că, mai întâi, ne luptă gândurile patimilor şi ne facem vinovaţi întâi de gânduri, şi pentru aceste gânduri caută dracii pricină la noi. Că mai mult din voinţa noastră cădem în păcat. Dracii nu ne pot sili la ceea ce noi nu voim şi nu primim, că ei cunosc că nu-i vom asculta. Ci mai întâi ne cearcă puţin diavolul să vadă cu ce patimă ne împăcăm, apoi meşteşugeşte asupra voinţei şi poftei noastre, iar învoirea la patimă se face din voia noastră. Toată răutatea, pricina şi căderea noastră în păcate sunt dracii. Ei caută să ne prindă în toate cursele, laţurile şi patimile lor. Iar cursele lor sunt bântuiala cea din pofte şi gândurile spurcate. Prin acestea ne prindem în toate patimile. Bântuiala poftei spre patimă şi gândurile spurcate sunt uşile dracilor şi ale patimilor, prin care intră în noi şi ne robesc vistieria duhovnicească.

Sunt pricină a intrării dracilor: somnul cel mult, lenevirea, mâncarea cea multă şi fără de vreme şi multa băutură. Mai întâi, venind, dracii bat la uşa inimii, adică pun pe ascuns gânduri, ca nişte tâlhari, fie că este străjer, fie că nu, fie că le primim, fie că nu. Şi, dacă le primim, încep a tocmi patima şi a ne sili spre ea. Iar de vom goni pofta şi gândurile cele spurcate şi ne vom avea mintea surdă şi mută către acestea, atunci dracii nu ne mai pot vătăma, pentru că mintea şi inima ne sunt treze.

Multe feluri de curse pun dracii în mintea noastră: uitarea, iuţimea, nepriceperea, iubirea de sine, trufia, mărirea deşartă, iubirea de îndulcire, lăcomia pântecelui, curvia, neîndurarea, mânia, hula, ţinerea de minte a răului, întristarea, somnul,

aprinderea cea iute, multa vorbire, trândăvirea, înfricoşarea, lenevirea, înspăimântarea, prigonirea, pizma, ura, făţărnicia, înşelăciunea, cârtirea, necredinţa, luarea de camătă, iubirea de agonisire calicească, adică strângerea de cârpe, petece, hârburi şi altele, slăbirea sufletului şi îndoirea lui, iubirea de a stăpâni peste alţii, plăcerea oamenilor, îndrăcirea şi râsul. După ce a semănat acestea, ne tulbură cu viforul cel mare, adică cu gândurile de curvie şi de hulă, neîncetat, ca să înfricoşeze pe cei ce se nevoiesc, ca ei să se deznădăjduiască, să nu se mai roage, nici să se mai nevoiască. Însă nu poate vrăjmaşul să întoarcă pe nevoitori şi pe ostaşii lui Hristos de la calea lor.

Iar dacă văd ei că nu pot cu acestea, atunci născocesc alt fel de meşteşug, căutând ca facerea de bine să ne fie pricină de mărire deşartă. Apoi ne îndeamnă a face întrebări duhovniceşti cu fraţii, a face îndulciri cu mâncăruri şi băuturi, la odihnă şi la altele, sub cuvânt că facem bine. Apoi, câte puţin, ne întunecă mintea, ne aruncă în braţele curviei, iar dacă nici cu acestea nu ne pleacă, ne fac năluciri mincinoase noaptea, pornesc oamenii împotriva noastră şi chiar ei înşişi se înarmează împreună cu ei împotriva noastră. Dar nevoitorii lui Hristos nu bagă în seamă aceste ispite, ci le rabdă şi le socotesc ca trecătoare, ştiind că toate sunt cursele vrăjmaşului. Însă şi în alt fel ne luptă pe noi vrăjmaşul, şi anume cu înălţarea minţii, făcându-ne să ne socotim sfinţi, fiindcă dracii sunt ca vânătorii, aleargă acolo unde văd că este vânat. Se reped unde văd partea slabă a sufletului şi nu se depărtează, nici nu fug, până nu ne aruncă în groapă.

Deci, ia aminte, omule, că multe sunt meşteşugirile şi cursele, şi mare este silinţa lor! Nu se odihnesc până ce nu ne prind pe noi cu o patimă sau cu învoirea spre ea. În căile faptelor bune, ei ne stau împotrivă, deci cu multă luare-aminte trebuie să ne ostenim pentru mântuirea noastră, iar nu ca pentru un lucru omenesc. Iar de se află în noi patimi ascunse, ca trufia, slava deşartă, înălţarea minţii, nu ne împiedică pe noi dracii a face fapte bune, pentru că ei ştiu că nu avem nicio plată pentru ele, de vreme ce căutăm la cinstea oamenilor, şi nu la răsplata viitoare. În tot chipul ne silesc pe noi dracii să pierdem vremea în zadar. Pe lângă acestea, ei ne sapă necontenit trei prăpăstii. *Prima:* ne împiedică şi ne opresc a face fapta bună; *a doua,* ca fapta bună să nu fie făcută după Dumnezeu, ci să piară prin trufie, dacă am făcut-o; *a treia:* ne fericesc pe noi, zicând că întru toate vieţuim după Dumnezeu. Adică, dacă nu ne pot face să pierdem faptele bune prin trufie, apoi se silesc ca, prin înălţarea minţii, să ne pierdem ostenelile şi să ne lipsim de plată. În aceste trei chipuri este toată lupta cea drăcească asupra noastră.

Deci, mai întâi, ne întunecă dracii mintea, şi după aceea cade omul în păcat, căci uită omul ce face şi nu mai judecă nimic. Apoi aduce felurite ispite. De aceea trebuie multă trezvie, căci osteneala de mulţi ani o putem pierde într-un ceas. Multe sunt pândirile şi meşteşugirile dracilor. Nici nu ostenesc vreodată, că sunt duh, vânând mulţi ani. Fiindcă dracul este meşter în a vâna sufletul, şi noi nu cunoaştem toate meşteşugirile lui, de aceea trebuie să ne trezvim. Numai cel ce vieţuieşte neîncetat întru nevoinţă, acela biruieşte, deoarece petrece întru înfrânarea inimii, în înfrânarea gândurilor, cerând ajutorul lui Dumnezeu. Că, de ne îngrijim, biruim, iar de nu, ne robesc pe noi dracii şi ne adaugă patimi.

Deci, petrece în curăţie, sileşte-te a birui patimile, pe cele mari şi pe cele mici, ca să dobândeşti harul lui Dumnezeu! Că înălţarea minţii, trufia, nădejdea spre sine şi a se socoti pe sine mai bun ca pe altul sunt patimi şi gonesc harul lui Dumnezeu de la om. Dumnezeu sloboade cercetare pentru păcate, pentru ca să ne pocăim şi să fim iscusiţi în a le birui. De eşti biruit, înarmează-te din nou asupra acelei patimi, că toată patima şi pătimirea se biruiesc prin luptă, cu răbdare şi credinţă, apoi cu lacrimi, cu sârguinţa cea fierbinte, cu starea împotrivă. Aceasta este calea de luptă arătată de Părinţi şi în aceste patru chipuri se face lupta noastră cu dracii: din negrijă şi lenevire, din iubirea de sine, din iubirea de deşertăciune şi din pizma vrăjmaşului. Domnul să ne păzească cu darul Său! Amin.

Despre încercările cele de multe feluri şi despre greutăţile drăceşti

Nu se cade călugărului, mai înainte de a cunoaşte care sunt patimile sufleteşti şi a fi ispitit, să iasă la liniştea pustiei, pentru a locui acolo, neiscusit fiind în războaiele drăceşti. Că, de va ieşi nepregătit, va fi batjocorit de draci.

Ci, mai întâi, se cade a cunoaşte meşteşugirile, bântuielile şi greutăţile pe care ni le aduc dracii nouă. Celor ce vor să se nevoiască le aduc năluciri, dureri de cap, că zic că le sar creierii de-acolo, dureri de pântece, dureri de mâini şi de picioare, că nu pot face nimic: nici mătănii, nici închinăciuni, nici să ţină post, nici din dumnezeieştile cărţi sau pravila să-şi citească. Să ştim, dar, că toate acestea sunt de la draci. Alţi draci fac mare strigare şi tulburare; ci noi să ieşim puţin la vânt, ca să ne răcorim de această întunecare a minţii. Cu aceste meşteşugiri voiesc ei să ne izgonească din pustie şi de la linişte. Ci, o, călugăre, nădăjduieşte spre Dumnezeu, Cel ce poate mântui de potop şi de vifor!

Mai aduc dracii neţinere de minte, orbirea ochilor, lipirea

buzelor, durerea gâtului, râgâire, tuse, moliciune. Iar când ne silim cu privegherea şi cu rugăciunea, atunci ca muştele zboară şi fac mare strigare, ca să ne culcăm în pat sau să stăm pe scaun, cântând din tot felul de instrumente, ca sufletul, auzind, să se lenevească şi să slăbească din nevoinţă. Aceasta ni se întâmplă când suntem fără lucrare, adică atunci când stăm.

Alţi draci ne suflă în faţă cu putoare mare, iar putoarea de la draci e mai cumplită decât cea de câine mort, încât ne astupă gura. Sau, în timpul privegherii, ne ard faţa ca soarele. Acestea toate ni le fac pentru a ne goni din pustie, cum s-a întâmplat multor Sfinţi Părinţi, care au fost batjocoriţi de diavolul. Dacă ne lăsăm după voia lor, atunci ne stăpânesc ei, iar de ne împotrivim, vor fugi de la noi şi nu vor mai aduce asupra trupului aceste neputinţe, ca să ne oprească de la nevoinţă. Că dracii au putere asupra celor pătimaşi, iar de la cei ce li se împotrivesc fug.

Marele Macarie a văzut pe diavol având în loc de haine nişte tigvuliţe; şi, fiind întrebat de sfântul unde se duce şi ce are în tigvuliţe, diavolul a răspuns: „Mă duc la mănăstire şi în tigvuliţe am diferite gustări pentru fraţi, dintre care unul, Teopempt, îmi este foarte bun prieten”. Iar mai apoi, când Teopempt s-a împotrivit, diavolul a fugit de la el. Deci să cunoaştem, fraţilor, că toate neputinţele, cârtelile, bârfelile şi orice răutate ne vin nouă de la draci. Deci când ni se întâmplă nouă acestea, să stăm pe piatra credinţei, cu sârguinţă, cerând ajutorul lui Dumnezeu, ca nişte viteji ostaşi ai lui Hristos. Că de vor fi de la draci, vor pieri, iar de vor fi din slăbiciunea trupului, vor slăbi. Şi, de vom cunoaşte că toate neputinţele, războaiele şi tulburările sunt de la draci, să stăm împotriva lor până la moarte, că le biruim, de vreme ce nu-i lasă Dumnezeu să sloboadă asupra noastră ispite pe care nu le putem birui, adică mai presus de puterea noastră. Încă şi Dumnezeu cu harul Său ne uşurează multe războaie.

De ne vom împotrivi vrăjmaşului, va fugi de la noi, iar de nu, ne va birui el pe noi, pentru că Dumnezeu, în fiecare zi, cere de la noi răbdare, cu voia noastră, iar El adaugă şi ajutorul Său în toate nevoile noastre, însă nevoitorii lui Hristos pătimesc până când îi cercetează harul lui Dumnezeu, care împuţinează gândul rău, uşurează patimile, opreşte războaiele dracilor. Atunci ne vin lacrimile, umilinţa, rugăciunea, postul; iar atunci ne trebuie multă luare-aminte ca să nu facem ce nu este plăcut lui Dumnezeu, sau să nu ne facă dracii vrăjmaşi ai Lui, căci se va duce darul, că multe sunt meşteşugirile şi vicleşugurile, pândirile fără număr, izvodirile lor cele rele, totdeauna silindu-se a ne împiedica şi a ne sta nouă împotrivă. Că nu sunt mulţi cei ce cunosc vicleşugurile lor, ci numai sufletele celor viteji, cărora le va descoperi Dumnezeu.

Domnul Dumnezeul nostru să ne acopere şi să ne întărească pe noi în toate ispitele aduse nouă de draci, acum şi pururea şi în vecii vecilor. Amin.

Despre înspăimântare şi înfricoşare

De te va înfricoşa cineva, nu te teme nicidecum, ci îmbărbătează-te şi-ţi pune nădejdea în Dumnezeu. Nu lăsa să se înrădăcineze în inimă frica, de vreme ce numai la copii se află frica. Că această frică ne vine de la draci. Iar robul se teme numai de Stăpânul lui, adică de Dumnezeu. Să ne fie frică de Cel ce a zidit trupul şi l-a însufleţit, căci dracii nu pot să ne facă nouă nimic fără voia lui Dumnezeu. Cel ce-şi pune nădejdea în Dumnezeu şi Îl are pe El nu se teme de frica dracilor. Căci ce făptură va îndrăzni să ne vatăme pe noi, dacă nu va voi Dumnezeu, nici nu o va slobozi Dumnezeu asupra noastră? Ci omul, cu gândul sau se întăreşte, sau slăbeşte, şi din gând se aşază tot lucrul, fie bun, fie rău. Că de obiceiul omului este legat tot lucrul, fie bun, fie rău. Cu ce se obişnuieşte omul, aceea face ca din fire. Ci tu te îmbărbătează şi-ţi întăreşte inima şi te înarmează cu semnul Crucii şi roagă-te, şi, de vor fi draci, vor fugi. Nu vor putea ei să ne vatăme, după cuvântul Domnului: „Iată, v-am dat vouă putere să călcaţi peste şerpi şi peste scorpii şi peste toată puterea vrăjmaşului şi nimic nu vă va vătăma pe voi”. Şi iarăşi: „Niciun păr din capul vostru nu va pieri, fără porunca lui Dumnezeu” (Lc 21, 18). Deci să nu ne temem, căci cu noi este Dumnezeu!

Deci să nu ne fie nouă nici frică, nici să nu ne fim nouă înşine vrăjmaşi, adică cele ce nu sunt să nu le sădim, nici să le grijim. Că dracii neîncetat pândesc, cum pândesc vânătorii pe fiare, şi iau aminte la gândurile noastre. Şi, ce fel de gânduri văd la noi, acel fel de năluciri ne aduc. Dar frica lui Dumnezeu izgoneşte frica dracilor.

Înfricoşarea dracilor

Se tem dracii foarte tare de aceste şase fapte bune:
1. de Sfânta Împărtăşanie, luată cu vrednicie;
2. de flămânzirea cea multă;
3. de sete;
4. de rugăciune;
5. de semnul Sfintei Cruci;
6. de nădejdea spre Domnul Dumnezeu din toată inima.

Acestea sunt arme înfricoşate pentru draci.

Cuvinte alese pe scurt, pentru trebuinţă şi pentru

înţelegerea răbdării Părinţilor

Când vor veni asupra ta ispite, prin slobozirea lui Dumnezeu, ca: golătate, foame, sete, boală, războaie sau vărsare de sânge pentru Dumnezeu, rabdă-le cu mulţumire pentru El, că milostiv este şi ne ajută nouă, şi cu frică şi cu îndrăznire să zicem: „Trecut-am prin foc şi prin apă, şi ne-ai scos pe noi la odihnă”. Iar de voieşti a cunoaşte şi a vieţui cum Îi place lui Dumnezeu, adaugă oarecare osteneală în nevoinţele tale, pentru Dumnezeu. Că puţina pătimire ce se face pentru Dumnezeu este mai bună decât lucrurile mari, care se fac fără pătimire.

Drept aceea, nu slăbi în nevoinţă, că nevoinţa este de la Dumnezeu. Câştigă-ţi mare smerenie şi mulţumire cu Rugăciunea lui Iisus. Iar de suntem păcătoşi, ni se cade a ne sili în osteneli, fie că suntem sănătoşi, fie bolnavi. Că cel ce nu se nevoieşte la locul unde se află singur se goneşte. Dulce este cuvântul cel iscusit şi bun de primit. Mielul blând suge la două oi, iar cel ce nu este măsurat în cuvânt întărâtă şi pe alţii. Tot lucrul făcut fără întrebare porneşte la mânie. Iar de va fi şi pentru cele bune vorbire multă, prigonire se cheamă. De va fi întru tine mânie şi tulburare, nu vei avea umilinţă, nici smerenie. De te supără îmbuibarea pântecelui, zi în sinea ta: „O, omule! Ce vrei, să fii lipsit de hrana cea cerească şi de toată îndulcirea şi frumuseţea raiului? Au nu ştii că hrana aceasta se preface în viermi?”.

O, slujitorule al Dumnezeieştei Slujbe! Gândeşte-te că stai în locul cel sfânt cu îngerii! Ia aminte, preotule, să nu slujeşti pentru plăcerea oamenilor! Iar de te va mustra conştiinţa, nu mai sluji, ci fii cu mintea curată şi cu gând bun, că singurătatea leapădă tulburarea. Deci, în fiecare zi, o, omule, sileşte-te să-ţi speli faţa cu lacrimi de pocăinţă, că aceasta este pocăinţă, ca a tâlharului pe Cruce, sau ca a celui ce cădea în toate zilele în curvie şi în toate zilele se pocăia la icoana lui Hristos, sau ca a păcătoasei, care a şezut la picioarele lui Hristos, ca a lui Manase, care cu lacrimi s-a pocăit. Dacă am uda tot trupul cu lacrimi şi cu pocăinţă mereu, nu s-ar strica, ci ar rămâne ca şi al sfinţilor.

Iar tu, iubite frate, nu plânge, dacă nu ai nevoie de alungarea păcatelor! Iar cel ce are grijă de pocăinţă, să se ostenească, să se biruiască pe sine, să se îndrepte, că fără acestea fuge Duhul Sfânt de la el şi nu-l ajută câtă vreme stă omul în păcat. De vreme ce păcatul desparte pe om de Dumnezeu, ca un perete de fier, nu ne putem apropia de El până ce nu ne vom curăţa de păcate. Că de ne va cere patima şi obiceiul să facem răul şi nu-l facem, l-am biruit pe el, iar de-l vom face, ne-a biruit el pe noi. Că tot lucrul, bun ori rău, prin învăţătură creşte şi prin obicei se întăreşte. La tot lucrul, această învăţătură să petreacă împreună cu tine, adică: aducerea-

aminte de moarte. Dacă vrei să cunoşti obiceiul şi fapta cuiva, ascultă ce grăieşte gura lui şi vezi cum ies afară, pe buze, cele pe care le are în inima lui.

Ce este călugărul?

Răspuns: Călugărul este împlinirea poruncilor lui Hristos, creştin desăvârşit, următor şi împreună părtaş patimilor lui Hristos, mucenic în toate zilele, de bunăvoie mort. Că singur, de bunăvoie, moare întru ostenelile cele duhovniceşti. Călugărul este stâlp al răbdării, adâncul smereniei, izvorul lacrimilor, vistieria curăţiei, batjocoritor al tuturor celor frumoase, dulci şi preaslăvite ale lumii acesteia. Călugărul este sufletul îndurerat întru neîncetată aducere-aminte de moarte; ori priveghind, ori dormind, el se gândeşte la moarte.

Călugărul este nevoinţa cea firească şi neîncetată. Călugărul este orânduiala şi aşezământul celor fără de trup, care se lucrează în trupul cel de ţărână, cel care se ţine numai de poruncile lui Dumnezeu, în tot locul şi în toată vremea şi în tot lucrul. Şi nu este cu putinţă a sta înaintea lui Dumnezeu, dacă nu se va da pe sine Lui cu toată inima, în toate nevoile, şi să se lepede de toate grijile lumeşti.

Când vei vrea să faci început acestei fapte bune, mai întâi te pregăteşte pentru ispitele care vor veni asupra ta, şi atunci să începi a lucra faptele bune şi să nu te îndoieşti cu mintea, ci nădăjduieşte spre Dumnezeu, că în acest fel este obiceiul să se facă. Dacă omul a început a vieţui bine, cu credinţă fierbinte, îl întâmpină pe el multe feluri de ispite înfricoşătoare, ca să-i încerce voia cea bună. Iar de te găteşti mai înainte pentru ispitele care vor veni, fereşte-te de oameni. Iar cel ce se îndoieşte că Dumnezeu îl ajută, acela se teme şi fără ispitire.

Conştiinţa să-ţi fie învăţător la tot lucrul. Până ce n-o vei socoti, să nu grăieşti niciun cuvânt. Tot lucrul ce se face în grabă nu este bun. Nu spune altuia taina prietenului. Prietenul viclean, dezlipindu-se de tine, ţi se face vrăjmaş.

Este de folos a fugi de lume

Mai bine este a se lupta singur cu dracii, cu foamea, cu golătatea şi cu toate nevoile în pustie, fugind de lume, întru puţină nevoinţă, decât a căuta mare mântuire prin mijlocul lumii.

Pe călugărul care este în lume îl înfierbântă şi îl ard patimile lumii acesteia, măcar că i se pare cuiva că nu are patimi. El însă cade în toate patimile; precum muştele, mâncând miere, se lipesc de ea, precum peştele care fuge după undiţă, ca să mănânce hrana cea dulce, se prinde în ea şi este scos afară din apă şi moare, tot

aşa şi călugărul care vieţuieşte în lume: se îndulceşte de odihna trupească, gândul îi este la cele lumeşti şi, chiar nevrând, cade în laţurile vrăjmaşului şi îşi pierde viaţa cea curată a îngerilor, omorându-şi sufletul şi dându-l chinurilor celor veşnice. Că odihna şi îndulcirea sunt undiţă a dracilor, care vânează sufletul călugărilor şi îl dau pierzării. Dacă iubim odihna şi îndulcirea, adică mâncarea bună, lenevirea, beţia şi alte pofte ale trupului, ne luptăm cu trupul, iar nu cu dracii, căci acestea îi ajută pe draci împotriva noastră. Deci, de vom iubi lenevirea, odihna, mâncarea bună, beţia şi alte pofte, trupul va fi foarte mult luptat de acestea, iar nu de draci.

Iar cel ce voieşte a vieţui după Dumnezeu trebuie să se nevoiască peste fire, căci, dacă ne odihnim sau petrecem în această lume, tot nu vom scăpa de moarte. Însă cei ce se nevoiesc, după moarte, vor primi plată şi vor câştiga odihna cea fără de sfârşit şi Împărăţia Cerurilor; pe când cei ce iubesc odihna, după moarte, iau chinurile cele fără de sfârşit.

Deci, care este mai bună, o, omule? A suferi puţine zile şi a împărăţi în veci sau a te odihni puţine zile şi a te munci în veci? Că din odihnă şi îndulcire se naşte lenevirea, şi din lenevire şederea cea fără de lucru. Din şederea cea fără de lucru se naşte trândăvia, iar din trândăvie umblarea din loc în loc. Iar din umblare, neînfrânarea simţurilor; şi din marea bântuială a dracilor, toate patimile împreună se scoală, că din însoţire şi din voinţă se întăresc patimile omului şi se întemeiază. Şi arătat este că neînfrânarea simţurilor şi însoţirea cu gândurile ce ne vin se fac prin mijlocirea lumii, gândind la toate desfătările ei.

De aceea, omul pătimeşte fie din multă odihnă trupească, fie din auzire, fie din grăire. Dar să ştim că simţurile omeneşti sunt precum maimuţele: când văd ceva sau când urechile aud, sau li se grăieşte ceva, ele iau aminte cu toată atenţia, ca să facă ceea ce văd sau aud. Tot aşa şi omului: dracii îi aduc neîncetat îndulcirile simţurilor, cu dragostea patimilor. Din lenevire, din însoţirea cu gândul spurcat, din somn mult, din multa mâncare, se face risipirea cugetului şi întunecarea minţii şi intrarea dracilor. Ci numai lucrarea cea lăuntrică goneşte afară pe draci, adică Rugăciunea cea neîncetată, ce se face cu mintea şi cu inima, care înfierbântă inima, şi postul. Acestea opresc duhurile necurate să intre în om şi fac loc Duhului Sfânt. În acest fel se fac oamenii biserici ale lui Dumnezeu.

Fără de aceste fapte bune nu putem scăpa de draci, precum Însuşi Domnul zice: „Acest neam de demoni nu iese decât cu rugăciune şi cu post” (Mt 17, 21). Deci atâta vreme cât noi trăim în păcate, ne stăpânesc dracii, căci patimile sunt uşile de intrare ale

dracilor; iar Dumnezeu îngăduie ca să fim ispitiţi, ca să nu mai greşim, să nu ne înălţăm cu gândul, ci să ne cunoaştem neputinţa.

Iar de se nevoieşte cineva bine, iar apoi cade în vreuna din patimile de mai sus, îndoite i se fac lupta şi greutatea, şi multă vreme nu poate veni în aşezământul dintâi. „Că mie mi s-a întâmplat oarecând în acest fel: trei ani am fost foarte greu luptat”, zice un oarecare pustnic. Din risipirea gândurilor, se face întunecarea minţii, iar din întunecarea minţii, căderea în păcat, apoi deznădăjduirea, moartea şi chinul veşnic. Iar zburdarea sufletului se face din umblarea prin smintelile lumeşti. Deci ni se cade a fugi de sminteli şi a ne înfrâna gândurile, ca prin păzire să scăpăm de faptele cele rele. Iar de lăsăm mintea a umbla la deşertăciuni, atunci se scoală şi patimile, una câte una. Atunci mintea se întunecă, pătimeşte, şi gândul umblă rău.

Drept aceea, o, călugăre, trezeşte-te cu mintea şi caută-ţi loc care să fie de plângere, netrebnic oamenilor, depărtat de lume, ca să nu fii gonit! Viaţa ta este de plâns, ca a celor necuvântătoare. Că în pustie, de vei şi pofti vreun lucru din cele lumeşti, nu-l vei afla şi vei fi fără cădere, pentru depărtare. Că numai prin depărtarea de lume, în pustie, se sting toate patimile.

Prin ce deosebeşte cineva bunăvoinţa lui Dumnezeu de bântuiala vrăjmaşului când se îndoieşte cu privire la fapta bună, un gând îndemnându-l a o face, iar altul oprindu-l?

Răspuns: S-a deprins vrăjmaşul a acoperi adevărul şi a pune în locul lui înşelăciunea. Atunci, după ce vom cunoaşte adevărul? Prin aceea că bunăvoinţa lui Dumnezeu este blândă şi cu bună nădejde şi fără îndoire, şi suntem cu suflet vesel întru tot lucrul bun pe care-l începem. Şi nu numai în vreuna din faptele noastre bune, ci şi în fărădelegile noastre, cu blândeţe îndelung rabdă şi ne aşteaptă pe noi spre pocăinţă. Iar bântuiala vrăjmaşului după aceasta să o înţelegi: că s-a deprins vrăjmaşul a ne împiedica pe noi şi a ne întoarce de la cele bune, că tulbură mintea şi o depărtează de linişte şi de frica lui Dumnezeu, ne întristează de orice atât de tare, încât ne doare şi inima. Deci să înţelegi că aceasta este bântuiala vrăjmaşului şi să o lepezi pe ea, că este tulburare întru toate începerile noastre.

Nu se cade deci a crede poftei inimii noastre întru totul, atunci când mintea ne este asuprită de vrăjmaşul cu gândurile rele şi cu întunecarea minţii. Atunci se cade să lăsăm toată cugetarea şi să alergăm la rugăciune, pentru a ne curăţa mintea de gândurile tulburi ca apa şi a o face curată de norii tulburi ai gândurilor. Cel ce voieşte să ştie adevărul să se nevoiască pe sine în rugăciune cu lacrimi fierbinţi şi în tot lucrul cel bun. În vremea rugăciunii nu

poate vrăjmaşul să ascundă adevărul, căci în acea vreme nu are putere.

Dumnezeului nostru slavă în vecii vecilor! Amin.

Despre credinţa cea neîndoită

Cel ce crede neîndoit nu-şi alege cu ce fel de moarte ar fi să se săvârşească: sau de la oameni, sau de la fiare, sau de foame, sau de nevoia ostenelilor celor mari. Două morţi nu vor fi, iar de una nimeni nu va putea scăpa. Cel ce s-a dat pe sine o dată lui Dumnezeu şi a murit lumii nu caută cum se va săvârşi. Mai mult nu se va griji pentru sine. Celui ce s-a dat pe sine lui Dumnezeu toate îi merg bine, în toate sporeşte şi află cele de folos sufletului său, şi în tot locul află mântuire. Că după credinţa noastră ni se dă şi darul lui Dumnezeu. Puţină este credinţa, puţin şi darul; iar unde este credinţă multă, este şi darul mare şi răbdare, şi nimic nu ni se întâmplă nouă fără purtarea de grijă şi aşezământul lui Dumnezeu. El cere de la noi numai voinţa cea de bunăvoie a minţii noastre. Însă judecăţile lui Dumnezeu sunt necercate şi pentru aceasta ni se cade nouă întru răbdare a câştiga sufletele noastre, „căci cel ce va răbda până în sfârşit, acela se va mântui” (Mt 10, 22).

Sfătuire

Rogu-vă pe voi şi vă sfătuiesc, iubiţii mei părinţi şi fraţi şi fii, să iubiţi pe Domnul din tot sufletul vostru şi frica Lui să petreacă în inimile voastre! Fiţi drepţi şi adevăraţi fii, supuşi şi căutând în jos, iar mintea să o aveţi ridicată la cer! Câştigaţi-vă umilinţa către Dumnezeu şi către oameni!

Pe cel întristat să-l mângâiaţi, fiţi răbdători în necazuri, iar nu cârtitori, fiţi îndurători şi milostivi, hrăniţi-i pe săraci, fiţi primitori de străini, întristaţi-vă pentru păcate. Fiţi veseli întru Dumnezeu. Flămânziţi şi însetaţi, fiţi blânzi şi cinstiţi la cuget şi la cuvânt. Nu fiţi iubitori de argint, fiţi iubitori de fraţi. Nu fiţi făţarnici, nu fiţi mândri. Fiţi nevoitori către Dumnezeu, fiţi dulci la răspunsuri. Fiţi rugători adeseori, fiţi pricepuţi şi nu osândiţi pe niciun om. Fiţi sprijinitorii celor necăjiţi, fiţi către toţi îndurători şi veţi fi neam al Evangheliei şi fii ai Învierii şi moştenitori ai vieţii veşnice, întru Hristos Iisus Domnul nostru, a Căruia este mărirea, stăpânirea, puterea şi închinăciunea, împreună cu Tatăl şi cu Duhul Sfânt, acum şi pururea şi în vecii vecilor. Amin.

Patru lucruri sunt rele, şi, dacă unul din acestea are omul, nu poate să se pocăiască, şi rugăciunea lui nu este primită la Dumnezeu:

1. mândria, când socoteşte că vieţuieşte bine;

2. că mulţi se folosesc şi se zidesc din întâlnirea şi vorbirea cu el;

3. că vieţuirea lui place şi lui Dumnezeu, şi oamenilor; şi

4. că adevărat s-a izbăvit de păcatele sale cele multe după ce s-a depărtat în pustie.

Dacă acestea le socoteşte omul despre sine, nu vieţuieşte Dumnezeu întru el. Ci călugărului, dimpotrivă, i se cuvine a se socoti pe sine mai rău decât necuvântătoarele şi a socoti că lucrul lui nu este plăcut înaintea lui Dumnezeu; după cum zice prorocul: „Toată dreptatea omului este ca o cârpă lepădată înaintea lui Dumnezeu". De nu se va încredinţa, într-adevăr, că este mai necurat decât necuvântătoarele, decât cele zburătoare şi decât câinii, nu-i primeşte Dumnezeu rugăciunea. Că necuvântătoarele, păsările, câinii şi alte animale niciodată nu greşesc faţă de Dumnezeu, nici nu vin la judecată. Arătat este deci că omul este mai păcătos decât dobitoacele. Că mai de folos i-ar fi fost lui să fi fost ca cele necuvântătoare, nici din morţi să învieze, nici la Judecată să vie. Cele necuvântătoare nu grăiesc de rău, nu se mândresc, ci iubesc pe cei ce le hrănesc, în timp ce omul nu iubeşte pe Cel ce-l hrăneşte, adică pe Dumnezeu, Care l-a făcut. Că, dacă are pomenire de rău asupra duşmanului său, rugăciunea nu îi este primită la Dumnezeu; chiar de s-ar răstigni pe sine şi chiar de ar învia morţii, cel care nu iartă nu are parte de milă sau de iertare la Dumnezeu.

Dacă osândeşte pe vreun om care păcătuieşte, şi el va fi osândit, măcar de ar face semne şi minuni, că zice Hristos: „Nu judecaţi şi nu veţi fi judecaţi" (Mt 7, 1). Deci se cuvine creştinului a nu judeca pe niciun om. Că nici Tatăl nu judecă pe nimeni, ci toată judecata a dat-o Fiului. Drept aceea, cel ce judecă mai înainte de Hristos este antihrist, adică potrivnic al lui Hristos. Că azi mulţi sunt curvari şi tâlhari, iar mâine sunt cuvioşi şi drepţi. Păcatele lor le-a văzut cel ce judecă, dar pocăinţa lor nu a văzut-o, şi ei judecă cu nedreptate.

Căci dacă-l judecăm pe aproapele nu avem dragoste, iar dacă nu avem dragoste, după cum zice Apostolul: „Chiar de-aş grăi în limbile oamenilor şi ale îngerilor (...), de-aş avea toată ştiinţa, şi credinţă de-aş avea cât să mut şi munţii (...), de mi-aş da toată avuţia săracilor şi trupul de mi l-aş da să-l ardă, dacă dragoste nu am, nimic nu-mi foloseşte!" (I Cor 13, 1-3).

Dar poate va zice cineva: „Cum este cu putinţă a da săracilor toată averea şi a nu avea dragoste, că doar milostenia dragoste este?". Milostenia nu este dragoste desăvârşită, ci numai parte din dragoste. Că mulţi unora le fac milostenie, iar altora le fac strâmbătate. Pe unii îi primesc cu drag, iar pe alţii îi pomenesc de

rău. Pe unii îi acoperă, iar pe alţii îi bârfesc. De cei străini se milostivesc, iar pe cei de aproape îi urăsc. Deci nu este aceasta dragoste desăvârşită, nu este! Ci dragostea pe nimeni nu urăşte, pe nimeni nu ocărăşte, pe nimeni nu supără; nu-i este silă nici de credincios, nici de necredincios, nici de străin, nici de ai lui, nici de păcătos, nici de curvar, nici de spurcat. Ci mai vârtos pe neputincioşi, pe păcătoşi, pe leneşi îi iubeşte şi pentru ei plânge cu durere şi se tânguieşte pentru cei răi şi păcătoşi. Se umileşte urmând lui Hristos, Care a chemat pe cei păcătoşi, mâncând şi bând cu ei. Iar în alt loc Domnul a zis: „Fiţi buni şi îndurători, ca şi Tatăl vostru Cel din ceruri, căci Acela face să răsară soarele şi trimite ploaia peste cei buni şi peste cei răi, peste cei drepţi şi peste cei nedrepţi” (Mt. 5, 45). Deci a arătat Domnul care este dragostea cea adevărată: a iubi pe toţi deopotrivă.

Aşa şi cel ce, în adevăr, are dragoste: pe toţi îi iubeşte, pe toţi îi ajută, pe toţi îi miluieşte, pentru toţi se roagă. Că sunt orbi cei care fac milostenie la mulţi, dar pe alţii îi urăsc şi, trupul pângărindu-şi, se rătăcesc, nădăjduind în milostenia pe care o fac.

Iar Domnul nostru Iisus Hristos să ne păzească cu Harul Său, totdeauna, acum şi pururea şi în vecii vecilor. Amin.

Rugăciune

Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu cel adevărat; Cel ce Te-ai pogorât din Cer pe pământ ca să ne arăţi nouă cale şi chip cum să putem trece de pe pământ la Cer, Cel ce ai răbdat Crucea şi moartea, ca să ne arăţi cum să răbdăm necazurile şi moartea pentru dragostea Ta, întăreşte-mă, luminează-mă, dă-mi ajutor ca să rabd necazurile pentru numele Tău, ca să mă sfinţească, să mă cureţe şi să mă mântuiască de tot răul. Dumnezeirea Ta cea milostivă să mă primească pe mine, nevrednicul robul Tău, care strig către Tine. Că Dumnezeu milostiv eşti şi Ţie mărire înălţăm, împreună cu Tatăl şi cu Duhul Sfânt, acum şi pururea şi în vecii vecilor.

Mulţumeşte Domnului că, pentru puţină osteneală şi nevoinţă, a gătit viaţa cea veşnică, şi pentru aceasta cu dragoste şi cu lacrimi zi către Dânsul:

Mulţumescu-Ţi, Doamne Dumnezeul meu, Dătătorule de bine, Cel Preaîndurat, că pentru o mică oarecare bună petrecere ai făgăduit a ne da viaţa cea veşnică şi Împărăţia Cerească. Însuţi Cela ce m-ai zidit, Însuţi Cela ce m-ai făcut şi dai toate cele spre trebuinţă şi viaţa veşnică, nu pentru puţină vreme, nu pentru o sută sau pentru o mie de ani, ci pentru vecii vecilor, care nu au sfârşit, o, Preaiubite, Doamne al Domnilor, îndreaptă-mă pe calea mântuirii; o, Preadulce întru îndulcirile cele mai presus de lume,

învaţă-mă să fac voia Ta; o, Preadorite întru doriri, Cela ce eşti dragostea care covârşeşte toată mintea şi tot cugetul, cine Te va iubi după cum se cade şi cine se va lipi de Tine cum se cuvine, cu toată inima? O, dragostea Ta cea dumnezeiască şi dorirea; o, slava cea dumnezeiască, preastrălucitoare; o, dumnezeiasca Ta rază, străluceşte mie lumina înţelegerii Tale!

O, Dumnezeul meu, luminează-mi sufletul cel întunecat, aprinde-mi şi-mi înfierbântă inima şi rărunchii ca focul cu dragostea Ta cea dumnezeiască! O, Făcătorul meu Preamilostive, slavă, Doamne, nemărturisitei Tale îndurări, slavă preaminunatei Tale aşezări, Preasfinte Împărate, slavă nespusei şi neajunsei Tale bunătăţi şi preaînţelepciunii, Iubitorule de oameni, Doamne!

Că Ţie se cuvine toată slava, cinstea şi stăpânirea, dimpreună cu Tatăl şi cu Preasfântul şi Bunul şi de viaţă făcătorul Tău Duh, acum şi pururea şi în vecii vecilor. Amin.

Cuprins

Notă 5
Scurtă notă biografică 7
Cuvânt înainte 11
Partea întâi 13
Despre răbdare, despre patimile lui Hristos şi ale altor Sfinţi Părinţi, cum au călătorit pe calea cea strâmtă şi cu nevoinţe la Împărăţia Cerurilor, şi despre sfânta pocăinţă 15
Partea a doua 31
Aducere-aminte pe scurt de vieţile Sfinţilor Părinţi şi de ostenelile lor, de patimile marilor mucenici, de răbdarea fericiţilor Părinţi, care au fost nebuni pentru Hristos, şi de ceilalţi sfinţi 33
Partea a treia 63
Despre poruncile lui Dumnezeu şi despre faptele cele bune ale sfinţilor, prin care creştinul cel binecredincios, urmându-le, poate birui patimile cele sufleteşti şi trupeşti, precum şi înşelăciunile diavoleşti 65
Cuvinte alese pe scurt, pentru trebuinţă şi pentru înţelegerea răbdării Părinţilor 123
Sfătuire 131
Rugăciune 134
Cuprins 136

Tehnoredactare computerizată, machetare şi aranjament grafic:
Editura «Oastea Domnului» Sibiu
Tiparul executat la Tipografia «Şagunianã», a Arhiepiscopiei Sibiului